

LUNDS UNIVERSITET  
INSTITUTIONEN FÖR PSYKOLOGI  
Psykologexamensuppsats

*Psykologers gränser till gränssituationers psykologi.*

En fenomenologisk studie av hur psykologer kan handskas med livsåskådningsfrågor i  
samtalsbehandling.

Magdalena M. Persson

Handledare: Pirjo Birgerstam

Examinator: Sven-Ingmar Andersson

Persson, M. (2004). *Psykologers gränser till gränssituationers psykologi. En fenomenologisk studie av hur psykologer kan handskas med livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling.*

Psykologexamensuppsats VI. (2004): 47. Institutionen för psykologi, Lunds Universitet.

### **Abstract**

This qualitative studie discusses how psychologists can integrate clients' secular or religious philosophies into counseling and psychotherapy, as themes that are psychologically meaningful. The studie also discusses how psychologists can understand and respond to the psychological aspects of clients' existential and religious experiences. Eight psychologists were interviewed and their experiences were analysed using a phenomenological method. The results of the interviews suggested that the eight psychologists could handle the psychological aspects of clients' philosophies, by investigating their own personal philosophies and scientific ontologies. It was also discussed how an awareness of the psychologists' professional boundaries and personal experiences of existential and religious phenomenons, could facilitate an integration of clients' existential and religious experiences.

Nyckelord: fenomenologi, psykologi, existentiell, religiös, gränser, fenomen, gränsfenomen, existentiell psykologi.

### **Innehåll**

	3
Förord . . . . .	5
Inledning med frågeställningar . . . . .	6
Genomförande av den empiriska studien . . . . .	9
<i>Metodval</i> . . . . .	9
<i>Urval av intervjupersoner.</i> . . . . .	10
<i>Intervjupersonerna.</i> . . . . .	11
<i>Intervjuerna</i> . . . . .	12
<i>Bearbetning av intervjudatan</i> . . . . .	13
<i>Intervjudatan som temakategorier.</i> . . . . .	13
Resultat . . . . .	15
<i>Överblick av temakategorier.</i> . . . . .	15
<i>Psykologers professionella gränser.</i> . . . . .	15
<i>Psykologers personliga gränser</i> . . . . .	19
<i>Klienters existentiella och religiösa erfarenheter</i> . . . . .	22
<i>Klienters religiösa och andliga erfarenheter.</i> . . . . .	24
<i>Att handskas med klienters livsåskådningar         med hjälp av grundantaganden.</i> . . . . .	26
<i>Att handskas med klienters livsåskådningar         med hjälp av gränsdragningar</i> . . . . .	28
<i>Att handskas med psykologiska aspekter av         existentiella erfarenheter.</i> . . . . .	32
<i>Att handskas med psykologiska aspekter av         religiösa och andliga erfarenheter</i> . . . . .	34
Diskussion och teoretiska perspektiv . . . . .	36
<i>Undersökningens begränsningar.</i> . . . . .	36
<i>Olika former av gränsfenomen</i> . . . . .	38
<i>Psykologins gränser</i> . . . . .	39
<i>Psykologers gränser</i> . . . . .	41
<i>Psykologiska perspektiv på livsåskådningsfrågor</i> . . . . .	42
<i>Gränssituationers psykologi</i> . . . . .	43
<i>Psykologers gränser till gränssituationers psykologi.</i> . . . . .	44
<i>Vidare forskning.</i> . . . . .	46
<i>Slutord</i> . . . . .	47

Referenser.....	49
Bilaga A.....	51
Bilaga B.....	53

## Förord

Mina erfarenheter från tidigare studier i socialantropologi, religionshistoria, islamologi och u-landskunskap har bidragit till att jag ser på psykologi ur ett tvärvetenskapligt perspektiv.

Eftersom jag varit intresserad av tvärvetenskap och "tvärkulturalitet" valde jag att som psykologkandidat praktisera på Röda Korsets Behandlingscenter för krigsskadade och torterade, i Malmö. Jag erfor att psykologerna på denna arbetsplats hade hittat strategier att hantera religiösa och existentiella teman i behandlingsverksamheten. Samtidigt upplevde jag att det var problematiskt att handskas med dessa teman i samtalsbehandling, utifrån en primärt psykologisk förståelseram. Jag var rädd för att jag, när jag bemötte en klients religiösa övertygelser, skulle hamna inom en annan professionell domän, till exempel själasörjarens.

Följande undersökning gjorde det möjligt för mig att utforska hur jag som psykolog kan hitta modeller för att integrera livsåskådningsfrågor och behålla professionaliteten i ett tvärvetenskapligt gränsland.

Jag vill framföra ett stort tack till de psykologer som i undersökningens intervjuer så generöst delade med sig av sina kunskaper och som därigenom möjliggjorde följande arbete. Jag vill även tacka min handledare Pirjo Birgerstam som på ett synnerligen inspirerande och betryggande sätt har guidat mig genom fenomenologins slingrande forskningslandskap.

### **Inledning med frågeställningar**

I stödsamtal med en klient som är djupt religiös, diskuterar jag och klienten hur religionen påverkar den livssituation som klienten befinner sig i. Klienten är övertygad om att upplevelsen av psykisk ohälsa är något som endast Gud har makt över och som man själv inte kan påverka. När klienten beskriver sin religiösa övertygelse blir jag vilsen. Jag försöker att respektera klientens religiösa tro, men samtidigt tänker jag att klientens livsåskådning är en bidragande orsak till det psykiska lidandet. Jag har svårt att förstå hur jag som psykolog kan bemöta klienten när jag upplever att mina psykologiska teorier kolliderar med klientens religiösa övertygelse. Hur kan jag diskutera detta med min klient? Riskerar jag att förstöra vår terapeutiska allians genom att diskutera klientens religiositet? Vad vet jag egentligen om religioners psykologiska inverkan? Kan man som psykolog hantera livsåskådningsfrågor eller ska man be klienten att vända sig till en själasörjare? Samtidigt är ju klientens religion en del av individens psykosociala livssituation som påverkar hur man ser på sig själv, andra människor och tillvaron. Kan jag hitta psykologiska modeller som kan hjälpa mig att hantera klientens religiositet?

I stödsamtal med en annan klient diskuterar vi klientens depressivitet. Klienten beskriver att livet känns meningslöst. Min klient förklarar sig ha en längtan efter att få fly in i döden genom att begå självmord. Vi resonerar kring dödens befrielse, människors ondska och livets meningslöshet. När klienten frågar mig om livets mening känner jag mig maktlös och tycker att de svar som jag har att erbjuda klienten faller platt till marken. Jag blir återigen osäker på hur jag kan bemöta klientens livsåskådning och upplever att mina psykologiska kunskaper inte räcker till för att besvara existentiella frågor. Samtidigt erfar jag att klientens erfarenheter av meningssökande påverkar den psykiska hälsan eller ohälsan. Hur kan jag som psykolog bemöta frågor om livets mening, ondska och döden? Och vad vet jag själv egentligen om livets mening? Kan psykologin hjälpa mig att hitta svar på dessa existentiella frågor? Finns det psykologiska begreppsverktyg för att hantera existentiella frågor, eller ska jag be klienten att söka hjälp av teologer och filosofer?

En gemensam länk mellan de två ovanstående exemplen är att de belyser att klienters livsåskådningsfrågor kan vara betydelsefulla delar i psykologiska samtalsbehandlingar. Mitt problem är att mina psykologiska kunskaper inte verkar räcka till för att handskas med livsåskådningsfrågor som meningsfulla delar av människors psykosociala livssituation. Jag finner att jag till stor del saknar kliniska begreppsverktyg för hur jag kan hantera klienters livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling. Hur kan jag bemöta de erfarenheter som klienterna

beskriver i våra samtal? Kan jag strunta i att integrera klienternas livsåskådningar i samtalsbehandlingar? Bör jag visa vidare till själasörjare och filosofer, och låta dem besvara livsåskådningsfrågor? Hur har andra psykologer hanterat klienters livsåskådningar? Är detta ett allmänt problem inom psykologin, eller är det bara jag som upplever det problematiskt att bemöta livsåskådningsfrågor? Kan psykologer dra nytta av att vidga sina kunskaper av hur de kan bemöta och förstå klienters livsåskådningsfrågor?

Religiösa, andliga och existentiella teman lyser nästan med sin frånvaro inom allmänna psykologiska teorier, vilket kan skapa problem om man som psykolog ser livsåskådningsfrågor som psykologiskt betydelsefulla. Barone och Carone (2001), Genia (2000), Bergstrand och Brattemo (1997) samt Wikström (1990) menar att människors livsåskådningar utgör betydelsefulla delar av individers psykologiska strukturer. Författarna poängterar samtidigt att den traditionella psykologin negligerar eller trivialiserar livsåskådningsfrågors psykologiska informationsvärde. Följden av denna negligering eller trivialisering är att den allmänna psykologin i stor utsträckning saknar modeller för att hantera och begripliggöra livsåskådningsfrågors psykologiska aspekter. De problem som riskerar att uppstå är att psykologer med bristfälliga förståelse- och handlingsmodeller har svårt att integrera klienters religiösa och existentiella erfarenheter i samtalsbehandling. Psykologer riskerar på så vis att förlora värdefull psykologisk information om klienterna. Därmed finner jag att mina svårigheter att hantera klienters religiösa tro och existentiella upplevelser, kan belysa ett allmänt problem inom den kliniska psykologin.

Även om jag finner det svårt att hitta psykologiska teorier som diskuterar människors existentiella och religiösa erfarenheter, finns det vissa psykologer och psykoterapeuter som hanterar livsåskådningsteman som betydelsefulla för psykologin. Både Erikson (1985) och Winnicott (1971) har, inom ramen för psykodynamiska teoriskolor, bidragit till att öka den psykologiska förståelsen av människors livsåskådningar. Dock finner jag att det framförallt är inom den existentiella psykologin som man uppmärksammar livsåskådningsfrågor. Inom den existentiella psykologin har exempelvis Rollo May (1999), Emmy van Deurzen (1998, 2003) samt Irvin, D Yalom (1980) utarbetat begreppsliga verktyg för hur psykologer och psykoterapeuter kan förstå och bemöta livsåskådningsfrågor.

Det verkar alltså som om det finns möjligheter att hantera livsåskådningar i psykologi, vilket gör att jag kan börja att planera en undersökning om hur psykologer kan hantera livsåskådningsfrågor. Efter hand som jag planerar min undersökning märker jag att min hög av frågor växer. Mitt problemområde verkar vara komplext och jag har svårt att få en

överblick av alla de frågor som dyker upp. Jag förblir osäker på hur jag kan definiera begreppen existentiell och religiös, eftersom dessa begrepp är svåra att förklara i ett psykologiskt språkbruk och definitioner tenderar att antingen bli alldeles för snäva eller för breda (Geels & Wikström, 1999). Även om jag kan ta hjälp av den existentiella psykologin för att göra en psykologisk undersökning av livsåskådningsfrågor, vill jag inte begränsa mig till att undersöka endast hur den teoretiska inriktningen hanterar livsåskådningsfrågor. Det som istället främst intresserar mig är kartlägga hur man som kliniskt verksam psykolog kan hantera klienters såväl religiösa som sekulära livsåskådningar, som meningsfulla delar i mötet med klientens psykologiska livssituation. Jag vill få ökad kunskap om hur man som psykolog kan uttrycka sig verbalt när man diskuterar klienters existentiella och religiösa frågor. Jag vill även få fördjupad kunskap om hur man som psykolog kan förstå det/de fenomen som klienter beskriver som existentiella och religiösa eller andliga upplevelser. Vad är det för fenomen som visar sig och som sedan kallas för existentiella och religiösa upplevelser?

Eftersom jag vill veta hur jag kan hantera kliniska möten med klienter begränsar jag undersökningen till att studera hur psykologer kan förstå och bemöta klienters livsåskådningar i samtalsbehandlingar.

Jag tänker mig att det finns psykologer som har intresse, erfarenheter och kunskaper av att hantera klienters existentiella och religiösa upplevelser. Genom att intervjua psykologer med den bakgrunden vill jag försöka ta del av deras erfarenheter och på så vis fördjupa min, och förhoppningsvis den intresserade läsarens, kunskap om livsåskådnings psykologiska innebörder. I intervjuer vill jag även kartlägga hur psykologer konkret kan bemöta klienters religiösa och existentiella upplevelser.

De forskningsfrågor som jag söker svar på i undersökningen är alltså följande:

- Vilka svårigheter kan psykologer möta när de handskas med klienters livsåskådningar?
- Hur kan psykologer förstå klienters existentiella och/eller religiösa erfarenheter?
- Hur kan psykologer bemöta klienters existentiella och/eller religiösa erfarenheter med hjälp av psykologiska begreppsverktyg?



## Genomförande av den empiriska studien

### *Metodval*

Eftersom jag formulerar öppna forskningsfrågor anser jag att undersökningen lämpligen genomförs utifrån en kvalitativ forskningsansats. Intervjuerna syftar till att kartlägga och ge en fördjupad förståelse av hur psykologer kan handskas med klienters livsåskådningar. Studiens intervjuer genomförs inom ramen för det som Kvale (1997) beskriver såsom kvalitativa och reflekterande forskningsintervjuer.

Vidare väljer jag att utforska mina frågeställningar med hjälp av en fenomenologisk forskningsansats, eftersom jag anser att denna ansats ger mig goda möjligheter att både kartlägga och få en fördjupad kunskap om den studerade företeelsen. En fenomenologisk metod kan bidra till att jag som forskare kan minska riskerna för en subjektiv styrning av forskningsdatan, genom att jag på ett strukturerat sätt försöker vara så förutsättningslös som möjligt inför den undersökta företeelsen (Allwood & Erikson, 1999). Genom att sträva efter att förhålla mig förutsättningslös minskar jag förhoppningsvis risken för att subjektivt styra urvalet och analysen av intervjudatan, vilket i sin tur kan öka undersökningens reliabilitet. Den övergripande strukturen på den fenomenologiska metoden som jag använder mig av i studien hämtar jag från Pirjo Birgerstams (2000) modell av en fenomenologisk metod och forskningsstrategi. Pirjo Birgerstam är psykolog och forskare vid Institutionen för psykologi, Lunds Universitet, och har lång erfarenhet av att bedriva forskning utifrån en fenomenologisk ansats.

I den empiriska undersökningen försöker jag att kartlägga och få fördjupad kunskap om hur psykologer kan handskas med livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling, genom att intervjua psykologer som har klinisk erfarenhet av att hantera klienters livsåskådningar. Målet med intervjuerna är att finna allmänna mönster av hur psykologer kan förstå och hantera psykologiska aspekter på klienters livsåskådningar. Genom att jag formulerar öppna forskningsfrågor istället för riktade hypoteser ökar jag möjligheten att finna oväntad information och kunskap från intervjupersonerna, som rör den studerade företeelsen. Vidare utgår jag från att det är intervjupersonerna, och inte jag som forskare, som innehar de kunskaper som jag söker efter. Därför ser jag all information från intervjupersonerna såsom intressant, eftersom jag inte säkert vet hur den kunskap som jag söker efter ser ut. Med hjälp av den fenomenologiska forskningsstrategin strävar jag efter att vara så förutsättningslös och öppen som möjligt inför forskningsdatan som samlas in, och utgår från att jag inte på förhand kan veta hur studiens resultat kommer att gestalta sig. Strävan efter att vara förutsättningslös

genomsyrar forskningsprocessen, från den initiala planeringsfasen till det sista stadiet av undersökningen då jag i ord beskriver resultaten av intervjuerna och väljer teoretiska perspektiv utifrån intervjudatans resultat.

Den uppmärksamma läsaren kan i innehållsförteckningen se att dispositionen av rapporten också styrs av en fenomenologisk metod eftersom mina teoretiska perspektiv lyfts fram först i diskussionsavsnittet. De enstaka inslagen av psykologiska teorier som läsaren kan finna i rapportens resultatavsnitt utgår uteslutande från intervjupersonernas beskrivningar av teorier och metoder som har hjälpt dem när de bemöter klienters livsåskådningar. Mitt urval av teoretiska perspektiv hamnar således relativt långt bak i rapporten, även om den teoretiska instuderingen till viss del sker parallellt med genomförandet och analysen av intervjuerna. Enligt den fenomenologiska forskningsansatsen ska jag som forskare försöka att förhålla mig öppen inför hur jag på bästa sätt kan överblicka och förstå intervjudatans variationsvidd och mönster. Därför kan jag inte bedöma eller styra vilket urval av teorier som är relevanta för undersökningen, innan intervjudatan har analyserats färdigt. De teoretiska perspektiv som slutligen väljs syftar till att visa på validiteten och generaliserbarheten av den intervjudata som presenteras i resultatavsnittet. Man kan på så vis se att de teoretiska perspektiven i studien på olika vis speglar intervjudatan, eftersom de väljs utifrån de teman som intervjupersonerna lyfter fram i intervjuerna.

I det inledande stadiet av undersökningen gör jag en enklare kartläggning av hur livsåskådningsfrågor hanteras i några specifika psykologiska teorier. Denna primära kartläggning genomförs främst för att tydliggöra min personliga förförståelse av den undersökta företeelsen, så att jag kan minska risken för att subjektivt styra genomförandet och analyserna av intervjuerna. De huvudsakliga dragen av min kartläggning återfinns i en samtalsplanering som följaktligen används i planeringen och i anslutning till genomförandet av studiens intervjuer (Bilaga A).

### ***Urval av intervjupersoner***

Det primära urvalskriteriet av intervjupersoner är att de ska vara legitimerade psykologer med kliniska erfarenheter av och intresse för att hantera klienters existentiella och/eller religiösa erfarenheter och livsåskådningsfrågor, i samtalsbehandling. Eftersom psykoterapi är en vanlig form av samtalsbehandling är det en fördel, men ej ett krav, att intervjupersonerna även är legitimerade psykoterapeuter.

Då målet med studien är att nå fördjupad kunskap om hur psykologer kan handskas med livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling, bör urvalet av intervjupersoner möjliggöra en spridning av professionella perspektiv, psykologiska kunskaper och erfarenheter. Av dessa skäl består urvalet av psykologer från flera olika organisationer.

Valet av intervjupersoner sker med hjälp av tips från ett flertal handledare på psykologutbildningen vid Lunds Universitet, men även genom tips från kurskamrater och intervjupersonerna själva, samt via Gula Sidornas annonser om psykologtjänster. Ett brev (Bilaga B) med en presentation av studien och en förfrågan om intervju sammanställs och skickas ut till tio tänkbara intervjupersoner. Jag utgår från att tio intervjuer är ett tillfredsställande antal för att få en rimlig bild av den studerade företeelsen, även om det hade varit önskvärt att ha fler än tio intervjupersoner för ytterligare kunskapstillförsel. Undersökningens tidsram gör det dock svårt att hinna bearbeta fler än tio intervjuer, varför detta antal intervjuer sätts som en övre gräns.

Brevet följs upp med ett telefonsamtal cirka en vecka efter att brevet skickats till intervjupersonerna. Datum och tid för intervjuer bokas vid telefonsamtalet och intervjupersonerna informeras även om att intervjun beräknas ta ungefär en timme, samt att fokus läggs på kliniska erfarenheter av livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling. Vidare förklarar jag att intervjuerna kommer att spelas in på ljudband, för att jag senare ska kunna transkribera och analysera intervjuerna. Jag berättar även att intervjuerna kommer att behandlas med konfidentialitet då intervjupersonerna avidentifieras i den färdiga texten, samt att jag inte arbetar med en hypotestestning utan med en kvalitativ och deskriptiv forskningsansats. Övrig information som utgår per telefon är en kortfattad presentation av min egen bakgrund till undersökningen, samt de övergripande forskningsfrågor som jag har formulerat.

### ***Intervjupersonerna***

Det slutgiltiga urvalet av intervjupersoner består av åtta legitimerade psykologer, varav sex personer även är legitimerade psykoterapeuter.

De gemensamma dragen hos intervjupersonerna är att alla för närvarande (våren 2004) arbetar inom privata, eller statliga, organisationer. Några av psykologerna arbetar för tillfället inte främst med samtalsbehandling utan med att administrera, planera och organisera verksamheten på sina respektive arbetsplatser. Samtliga intervjupersoner har gedigna

kunskaper och erfarenheter av hur man som psykolog kan hantera klienters existentiella och/eller religiösa erfarenheter, i samtalsbehandling.

Eftersom studiens syfte är att kartlägga olika sätt att förstå och bemöta livsåskådningsfrågor är det inte intervjupersonernas individuella data som är primärt intressant utan istället det allmänna mönstret man kan finna i intervjupersonernas beskrivningar. Av dessa skäl, såväl som av hänsyn till intervjupersonernas konfidentialitet, framgår inte intervjupersonernas individuella bidrag i resultatredovisningen. De utdrag från intervjuerna som presenteras i resultatavsnittet är därför helt anonyma.

### ***Intervjuerna***

Intervjuerna genomförs under perioden mars till juni 2004, på intervjupersonernas arbetsplatser. Den första intervjun spelas in på en bandspelare men eftersom ljudkvaliteten är otillfredsställande använder jag en Mini Disc-spelare för att dokumentera de resterande intervjuerna. Tidsramen för intervjuerna varierar mellan 45-70 minuter. I sju av åtta intervjuer inleds intervjun med en fråga om intervjupersonens yrkeserfarenhet. Denna fråga syftar till att inleda intervjuerna neutralt och samtidigt kartlägga intervjupersonens erfarenhet av temat för intervjun. I den intervjun som utgör undantaget bedöms denna fråga vara överflödigt eftersom intervjupersonen inleder intervjun med att diskutera de grundläggande frågeställningarna på eget initiativ.

Utifrån en fenomenologiskt inspirerad intervjuteknik arbetar jag som intervjuare med att hålla ramen för temat av intervjun, samtidigt som jag försöker vara lyhörd inför hur intervjupersonens väljer att diskutera den studerade företeelsen (Birgerstam, 2000). Jag strävar efter att undvika abstrakta beskrivningar av den studerade företeelsen och försöker att få intervjupersonerna att ge mig konkreta beskrivningar av hur de handskas med livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling. Inför varje intervju studeras även samtalsplaneringen (Bilaga A) som illustrerar min förståelse. Någon färdig frågeguide används inte eftersom en sådan riskerar att styra intervjupersonernas berättande och skala bort associationsrikedomen. Brevet som skickas ut till intervjupersonerna utgör istället ramen för intervjuerna och jag försöker som intervjuare att vara uppmärksam på att mina forskningsfrågor är i fokus och diskuteras under intervjuerna.

Gällande intervjuteknik försöker jag primärt att lyssna, spegla intervjupersonens uttalanden, ställa öppna och nyfiket naiva frågor och även sammanfatta längre uttalanden (Birgerstam, 1998). Samtliga tekniker syftar till att minska risken för att missförstånd uppstår

på grund av förutfattade meningar från min sida, samt att få intervjupersonerna att vidareutveckla sina resonemang kring temat för intervjun. I slutet av intervjun gör jag en sammanfattning av hur jag har uppfattat och tolkat intervjupersonernas utsagor i relation till mina forskningsfrågor.

### ***Bearbetning av intervjudatan***

Min uppgift som forskare är att, efter det att intervjuerna har genomförts, i ord ge preciserade och stringenta beskrivningar av intervjudatans innehåll som hämtas från intervjupersonernas livsvärldar (Kvale, 1997). Med hjälp av den fenomenologiska metodens riktlinjer pendlar jag mellan att analysera det individspecifika och det gemensamma mönstret av intervjudatan. Jag pendlar även mellan att använda en intuitiv förståelse och en konkret och strukturerad bearbetning av intervjudatan. Både intervjudatans individspecifika respektive gemensamma aspekter och de intuitiva respektive strukturerade analyserna av datan, syftar till att skapa allmänna beskrivningar av intervjudatans mönster (Birgerstam, 2000). Det första steget i bearbetningen av intervjudatan är att transkribera intervjuerna och omforma det talade språket till en text. Därefter arbetar jag med att få en översiktlig bild av hela intervjudatan genom att läsa igenom intervjuerna och leta efter intuitivt uppfattade nyckelmeningar från varje enskild intervju. Nyckelmeningarna ger en helhetsbild av intervjuerna och därmed huvuddragen av intervjudatan. Efter det intuitiva analysmomentet övergår jag till att strukturera och dela in intervjudatan i naturligt avgränsade betydelseenheter, genom att stycka upp intervjutexterna i mindre enheter som var för sig har ett meningsfullt innehåll. För att öka möjligheten att få överblick av en helhetsstruktur söker jag sedan efter nyckelord, eller betydelsekärnor, i varje betydelseenhet. Betydelsekärnorna är koncisa, eller kärnfulla, beskrivningar av innehållet i de respektive betydelseenheterna.

När jag har vaskat fram betydelsekärnorna försöker jag att undersöka olika kategorier av teman i betydelsekärnornas innehåll. Jag söker först efter personrelativa temakategorier i de enskilda intervjuerna, för att i nästa analysfas försöka sammanfoga samtliga intervjuer i gemensamma och övergripande temakategorier. De övergripande temakategorierna syftar till att ge en helhetsbild över hur intervjupersonerna diskuterar mina forskningsfrågor.

### ***Intervjudatan som temakategorier***

Eftersom syftet med undersökningen är att beskriva hur psykologer kan hantera klienters livsåskådningar i samtalsbehandling, väljer jag ut temakategorier som huvudsakligen belyser

och besvarar mina forskningsfrågor. Man kan likna processen av att arbeta med temakategorier vid en process där man studerar intervjudatan genom att titta i ett kalejdoskop vars mönster visar ett särskilt och utvalt perspektiv på intervjudatan. Vrider man på kalejdoskopet genom att undersöka intervjudatan i ett annat perspektiv kommer ett nytt mönster att visa sig. Eftersom det finns flera och alternativa mönster av intervjudatan styrs mitt val av temakategorier utifrån kraven att finna mönster som kartlägger hur psykologer kan förstå och bemöta existentiella och/eller religiösa upplevelser. Att skapa temakategorier för intervjudatan är således en metodologisk strategi att vaska fram en översiktlig bild av den information som intervjudatan förmedlar, i relation till studiens syfte och mål.

I den empiriska undersökningens intervjuer klargörs det att man som psykolog kan handskas med klienters livsåskådningar på en mängd olika sätt med bibehållen psykologisk professionalitet. Det är därför viktigt att jag i temakategorierna ger utrymme åt intervjudatanens olikartade perspektiv och variation på hur de besvarar forskningsfrågorna. Samtidigt som temakategorierna börjar framträda blir det även tydligt att intervjudatanens uttalanden kan höra hemma inom en viss temakategori utan att det innebär att intervjudatan är samstämmiga i sina tolkningar om livsåskådningsfenomen och psykologi.

Strategin att skapa kategorier är således primärt ett sätt att öka tillgängligheten i materialet även om det finns en risk att jag genom mina kategorier förlorar delar av intervjudatanens intentioner med sina utsagor. Men genom att jag förhåller mig nära ursprungsmaterialet av intervjudatan via betydelsekärnorna, minskar jag risken att förvanska eller missförstå intervjudatan.

Jag väljer sedan ut ett antal olika kategorier för att belysa mångfalden av datan. För att läsaren ska kunna få en överblick av intervjudatan måste jag begränsa antalet kategorier, eftersom ett alltför stort antal kategorier riskerar att äventyra det deskriptiva syftet av studien. Att välja alltför få kategorier ökar å andra sidan risken för att läsaren inte ges en rättvisande bild av datans komplexitet och variationsvidd. Det övergripande målet av att kartlägga hur psykologer kan bemöta och förstå livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling har här prioriterats, samtidigt som jag har valt ut ett relativt begränsat antal kategorier.

Temakategorierna presenteras med hjälp av rubriker som beskriver hur intervjudatan står i relation till mina forskningsfrågor. Temakategoriernas innehåll illustreras med hjälp av utdrag från intervjuerna som beskriver huvudspåren i de respektive kategorierna. Intervjuutdragens spontana talspråk har omarbetats till en mer läsvänlig text. Stakningar, pauseringar,

upprepningar av ord samt uttalanden där intervjupersonens arbetsplats framträder, har tagits bort. Kompletterande ord som framkommit av sammanhanget i intervjun, har även lagts till i vissa utdrag. De kompletterande orden markeras med parentessättning i intervjuutdragen.

## **Resultat**

### ***Överblick av temakategorier***

Temakategoriernas turordning utgår från ordningsföljden av mina forskningsfrågor. Därmed presenteras först två rubriker som diskuterar vilka svårigheter som psykologer kan stöta på när de handskas med klienters livsåskådningar, i samtalsbehandlingar. Därefter följer två temakategorier som sammanfattar intervjupersonernas diskussioner om hur de förstår klienters existentiella och/eller religiösa erfarenheter. De sista fyra temakategorierna i resultatavsnittet beskriver hur intervjupersonerna resonerar kring hur de kan bemöta klienters existentiella och/eller religiösa erfarenheter, med hjälp av olika psykologiska begreppsverktyg.

### ***Psykologers professionella gränser.***

Intervjupersonerna beskriver att en integrering av livsåskådningsfrågor i behandlingssamtal, till viss del utgår från deras antaganden om sina professionella uppdrags gränser. Några av psykologerna berättar att de försöker att undersöka var skiljelinjerna går mellan livsåskådningsfrågor och psykologi, för att därefter lättare kunna se vilka aspekter av livsåskådningsfrågor som kan, respektive inte kan, integreras i psykologisk verksamhet. Samtidigt gör intervjupersonerna det tydligt att gränserna för professionens uppdrag är föränderliga och att det sker ständiga förskjutningar av psykologins vetenskapliga gränser. Några intervjupersoner berättar att det tidigare har varit relativt tabu för psykologer att ha ett yrkesmässigt intresse för exempelvis religiösa och andliga frågor, och att livsåskådningssteman har varit tämligen marginaliserade inom psykologisk vetenskap. Vidare beskriver intervjupersonerna att den förändring som har ägt rum under de senaste decennierna har resulterat i att religiösa, andliga och existentiella frågor idag är mer accepterade som delar av psykologins verksamhetsområde.

Tidigare var det ju inte alls accepterat i psykologkretsar att man hade några andliga intressen, så jag pratade inte så högt om det. Men nu tycker alla att "åh, så intressant!". Och visst finns det nåt i psykologin och religionen som inte passar ihop men det beror ju också på var man drar gränsen mellan vad som är andligt och inte.

Intervjupersonerna betonar att de som enskilda psykologer oundvikligen använder sig av olika psykologiska teoriskolor och kunskapsteorier när de drar gränserna för psykologyrket och professionens beröring av livsåskådningsfrågor. De beskriver att ontologiska ställningstaganden ramar in psykologers yrkesroller och i hög utsträckning även styr det praktiska arbetet och mötet med klienter. På så vis beskrivs vetenskapsteorier och grundantaganden som viktiga delar för det kliniska behandlingsarbetet, genom att grundantaganden påverkar hur de som psykologer praktiskt bemöter klienter och deras livssituation. Gränserna för psykologiskt behandlingsarbete framstår på det här viset som föränderliga och sammanhängande med de vetenskapsteoretiska utgångspunkterna som skapar normer för den kliniska psykologin. Intervjupersonerna menar att dessa normer även kan påverka hur de som psykologer bemöter livsåskådningsfrågor i samtalsbehandlingar.

Klientcentrerad psykoterapi handlar ju väldigt mycket om filosofi, där man har en helhetsuppfattning på människan och omgivningen. Det präglade mig väldigt mycket. Vi läste Cooper och Szasz och allt vad det hette. Det var helt revolutionerande, det vände upp och ner på gamla mentalsjukhusen. Det var ju en revolution då på 70-talet och då tänker jag inte på -68 revolution, utan på den humanistiska psykologin. Det var Rogers och det var Cooper och många andra som ville avmedikalisera psykiatrin och avbiologisera psykiatrin.

Samtidigt som ontologin har inverkan på psykologernas arbetssituation, beskriver intervjupersonerna även att det inom psykologins vetenskapsområde finns många teoretiska och ontologiska valmöjligheter. Några av intervjupersonerna menar att det kanske därmed även finns en viss risk till förvirring inom den psykologiska vetenskapen. De problem som riskerar att uppstå är att den enskilda psykologen inte har klart för sig var professionens gränser går utan gör intrång på andra vetenskapers domäner, till exempel teologi och filosofi.

Den moderna psykologin som vi försöker att studera börjar ju för omkring hundra-tjugofem år sedan. Den är från början ett medvetet försök på en sorts själalära på vetenskaplig grund. Visionen var från början att vara närmast naturvetenskaplig, men sen är man ju också socialvetenskaplig och slutligen hermeneutisk eller humanvetenskaplig. Nu är det så att inom dessa tre vetenskapstraditioner finns det helt bestämda metodiker och det finns vetenskapliga arbetssätt med hypoteser och omprövning, med deduktion och induktion och allt möjligt. Det är ganska klart avgränsat vad en vetenskap ska syssla med och vad den inte ska syssla med, men psykologin är lite förvirrad eftersom man har tre vetenskapsformer blandade i varandra. Och om du påstår att du som psykolog ska syssla med existentiella frågor, religiösa frågor, etiska frågor, då får du i så fall ange vilken vetenskaplig grund du har för detta.



När intervjupersonerna belyser skillnaderna mellan psykologi som vetenskap och psykologi som livsåskådning, beskriver psykologerna även att det kan vara problematiskt att vissa grundantaganden i psykologiska teorier inte vilar på en vetenskaplig grund utan istället handlar om trosfrågor. Intervjupersonerna menar att detta är intressant att uppmärksamma när man diskuterar livsåskådningsfrågor, eftersom det finns en risk för att det uppstår en intressekonflikt mellan psykologens och klientens livsåskådning. Framförallt kan det finnas en risk för intressekonflikter om psykologen utgår från en psykologisk inriktning som är antireligiös och möter en klient som är religiös. Några av psykologerna menar att den största risken för svårigheter i behandlingsarbetet uppkommer om psykologen inte är medveten om sina preferenser av psykologiska teoriers och metoders ställningstaganden i religiösa och filosofiska frågor, utan antar att de psykologiska ontologierna är neutrala. De uttrycker att det därför kan vara viktigt att de som psykologer är medvetna om gränserna mellan vetenskap och livsåskådning, och att de kan undersöka huruvida de egna teoretiska ställningstagandena hör hemma inom en empirisk vetenskap eller i grund och botten bygger på en livsåskådning. Vissa av intervjupersonerna menar att det är ytterst väsentligt att uppmärksamma att psykologin som vetenskap finns i ett idéhistoriskt sammanhang med specifika normer och värderingar som styr de psykologiska teorierna och dess relation till livsåskådningsfrågor.

Psykologutbildningen och hela den moderna psykologin som vi har den idag och har haft under hundra år, vill gärna vara vetenskaplig. Men krasar man på ytan av människorna som har skapat vår moderna psykologi så hittar man några helt bestämda livsåskådningsuppfattningar, som är självklara för dem, men icke bevisade och icke vetenskapliga. Det behövs ett städarbete inom psykologin så att man verkligen blir en kritisk vetenskap och också en självkritisk vetenskap.

Även om intervjupersonerna utgår från att livsåskådningsfrågor är psykologiskt intressanta, kan det finnas svårigheter när de som psykologer önskar hitta strategier att integrera klienters livsåskådningar i samtalsbehandling. Vissa intervjupersoner menar att det inte räcker med att de som psykologer har en förståelse för livsåskådnings psykologiska meningsfullhet för att de ska kunna integrera livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling när psykologens förståelsemodeller utgår från delvis normativa teorier. För att hitta strategier att hantera trosfrågor i samtalsbehandling beskriver intervjupersonerna att de utforskar och försöker förstå sina personliga livsåskådningar. Några av intervjupersonerna förmedlar att den personliga grundhållningen och människosynen är mer styrande för hur de bemöter klienter, än de teorier och metoder som den enskilda psykologen tar till sig, eftersom tolkningar av

teorier och metoder genomsyras av psykologens människosyn. Därför, menar psykologerna, kan det vara betydelsefullt att de är medveten om sina egna grundantaganden.

Vi tyckte att det viktigaste när man bedriver sin yrkesverksamhet är själva grundsynen, människosynen och filosofin eller det man tror på någonstans då i de existentiella funderingarna. Det är den nivån som man inte läser om på psykologutbildningen, men den ligger där i grund och botten och sen kan man ta till sig teorier som man läser om på psykologutbildningen, och som är många och intressanta och som sen kommer att utmynna i någon form av praktisk verksamhet. Teorierna är ju meningslösa om det till sist inte handlar om att man sitter med människor och att man har omsatt de (teorierna) i praktisk handling. Vi tycker att den (människosynen) behöver vara uttalad, för att den kommer att färga av sig på de teorier som man använder sig av, för det finns inga teorier som är värdeneutrala.

Intervjupersonerna nämner att det finns vissa teoretiska inriktningar inom psykologin som har bidragit till hur de kan hantera klienters livsåskådningar. Existentiell psykologi är exempel på en teoretisk inriktning som utgår från att människors existentiella och/eller religiösa erfarenheter är psykologiskt meningsfulla delar av människors livsvärld. Några av psykologerna påpekar att denna teoretiska inriktning har bidragit till att de på ett tydligare sätt har kunnat förstå sambandet mellan vetenskapliga kunskapsteorier och icke-vetenskapliga, filosofiska inriktningar. Några intervjupersoner beskriver även att de existentialfilosofiska inslagen har bidragit till att de som enskilda psykologer kan utforska sina personliga filosofiska och ontologiska grundantaganden. Flera intervjupersoner betonar att existentiell psykologi, som vilar på en explicit filosofisk grund, bidrar till de grundantaganden som de som psykologer använder sig av i sitt bemötande av klienters psykologiska problematik och ohälsa. De intervjuade psykologerna som har inspirerats av existentiell psykologi beskriver att de genom att få förståelse för sina personliga grundantaganden kan undvika att negligera eller trivialisera klienters exempelvis existentiella spörsmål och istället integrera klienters livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling.

Vidare beskriver intervjupersonerna att de har hittat sätt att låta existentiell psykologi samverka med andra psykologiska inriktningar och metoder som de använder i sina kliniska verksamheter eftersom den existentiella psykologin har varit ett sidospår inom till exempel psykoanalytiska och psykodynamiska teorier.

(Vi) har hämtat inspirationen av Rollo May och många andra. Det har ju varit en lång utveckling och det är ett sidospår även inom psykoanalysen, till exempel Nils Ragner och många andra. Men det var också rent existentiell filosofi av till exempel Sartre, Kirkegaard och många andra, som blev det här filosofiska fundamentet för den hållning som vi tyckte vi kom fram till.

Intervjupersonerna diskuterar även hur existentiell psykologi genom sina filosofiska inslag kan resonera kring psykologiska fenomen på ett annorlunda sätt än psykologiska teorier, eftersom existentiell psykologi undersöker människan främst i interpsykiska perspektiv och inte i intrapsykiska perspektiv. Några intervjupersoner menar att det här existentialfilosofiska utgångsläget kan leda till att de som existentiellt inspirerade psykologer till exempel inte främst försöker bota klienters ångestsymtom, utan att de istället arbetar med att vägleda människor utifrån insikterna om livets villkor.

Alltså existentiell psykologi är ju inte någon självständig riktning på det sättet att det står på helt egna ben utan det är ju en ingrediens kan man säga, nånting som har, som du kan ta in oavsett hur du jobbar. Det innebär ju bland annat att man lyfter ut problematiken till att vara nånting annat än en intrapsykisk problematik mellan, så att säga, inre konflikter. Man lyfter ut problematiken från det intrapsykiska till att handla om människan i världen. Vi har ju Heideggers uttryck Dasein, detta att vara i världen. Det är detta som livet handlar om, alltså människan i förhållande till och mötet med världen och livets villkor. Jag tror att en viktig konsekvens är att det primära är sökandet efter sanning, efter äkthet, efter kunskap om livet. Och att livets villkor är mer primärt än att snabbt lindra symtom.

Några av den existentiella psykologins företrädare, till exempel Irvin, D Yalom (1980), Emmy van Deurzen (1998, 2003), och Rollo May (1999) nämns som bidragsgivare av konkreta begreppsverktyg för hur några av intervjupersonerna har funnit sätt att integrera livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling. Dessa förebilder bidrar till att intervjupersonerna blir medvetna om existentiella erfarenheters psykologiska dimensioner och sedan får verktyg som gör att de kan bemöta existentiella dimensioner i klinisk psykologi. På så vis ökar psykologerna sina möjligheter att integrera existentiella teman i samtalsbehandling.

Det som öppnade dörren mot att ta in de här frågorna i mötet med patienter eller klienter, det var Yaloms bok Existential psychotherapy och det måste ha varit runt 1985, 1986 som jag kom i kontakt med den och läste den första gången. Den öppnade, tyckte jag då, en ny dimension på det sättet att det gav begrepp och verktyg att ta in i samtalen som gjorde att det var lättare att komma vidare ofta. Att det fanns liksom alltid någonting man kunde komma in på i samtalen som då kunde relateras till någon av de här existentiella grundfrågorna. Så man kan kanske säga så här att tack vare att jag fick lite begrepp för att arbeta med existentiella frågor så såg jag också tydligare att de fanns hos patienterna.

### ***Psykologers personliga gränser.***

Psykologerna beskriver hur de urskiljer sina egna personliga gränser i sin yrkesroll genom att uppmärksamma att de som psykologer på olika vis befinner sig på gränsen mellan att vara en

privatperson och en yrkesperson. Intervjupersonerna förklarar att det här påverkar hur de som enskilda psykologer drar skiljelinjer mellan professionens domäner och psykologens personliga gränser gällande intresse för livsåskådningsfrågor.

Intervjupersonerna betonar vikten av att de som psykologer är medvetna om och accepterar sina egna kunskapsmässiga och personliga gränser för vad de förmår hantera, gällande livsåskådningsfrågors psykologiska aspekter. Psykologerna uttrycker att strategin med gränsdragningar visar hur de som psykologer kan vara förebilder genom att förstå vad de kan, respektive inte kan, hantera i livet och var gränserna för ens uppdrag går. Intervjupersonerna belyser även att de genom att inse sina egna begränsningar kan försöka att avgränsa sina yrkesuppdrag gällande samtalsbehandling och påminna sig om vilka huvudsakliga uppgifter som psykologer har, som till exempel att vara närvarande i mötet med klienten och försöka att förstå individen.

Jag tänkte på ditt brev att "hoppssann"! Det är väldigt viktigt tror jag att du eller den här som har skrivit brevet befriar sig från pressen att man skulle kunna vara existentiell handledare också. Det tycker jag är viktigt för det är ju begränsat vad du kan ta emot. Du måste lära dig att som psykolog avvisa eller att visa vidare, för det finns en hel massa klienter som du inte kan ta emot. Antingen för att du inte mår bra av dem, eller tycker att det blir för jobbigt, att du klarar inte det eller att de passar inte dig. Du måste inte kunna allt. Du måste vara närvarande men i den mån du orkar. Du ska inte jagas av det här för att du ska hjälpa människor att kunna ha samma inställning, av att ta hand om sina liv och inte jagas av allting.

Eftersom livsåskådningsfenomen, till exempel i form av existentiella erfarenheter, tidigare har beskrivits som något allmänmänskligt menar intervjupersonerna att livsåskådningsfenomen ofrånkomligen även berör den enskilde psykologen. Intervjupersoner beskriver hur deras personlighet bidrar till deras professionella roller eftersom de som psykologer inte helt kan utestänga sin egen personlighet när psykologens person ses som ett arbetsredskap i till exempel psykodynamisk psykologi. Intervjupersoner påpekar att en uppmärksamhet på livsåskådningsfrågor i samtalsbehandlingar kan berika både det professionella livet och privatlivet om man finner sätt att integrera dessa livsåskådningssteman i psykologi. Detta eftersom psykologen ovillkorligen har sina egna erfarenheter av livsåskådningsfrågor som bidrar till dennes personlighetskonstitution. Några av intervjupersonerna betonar att viljan att uppmärksamma livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling till viss del kan bero på och styras av psykologens personliga intresse för dessa teman.

Och jag tror att det som har gjort det intressant det är väl också att det inte blir någonting som bara är knutet då (till) en sorts metod, som bara är knuten till jobbet, utan att det har varit personligt väldigt berikande för mig att läsa lite texter inom det existentiella området. Det har vidgat mitt eget liv och vidgat samtal väldigt mycket med andra människor i det privata livet tycker jag. Att se att det här alltid är närvarande, som sökandet efter mening, ensamheten, frågorna om ansvar och skuld och tidens obönhörliga begränsning.

En konsekvens av att psykologer i sina yrkesroller balanserar på gränsen mellan en professionell och personlig position kan vara att det uppstår situationer där klienters upplevelser och ställningstaganden gällande livsåskådningsfrågor riskerar att utmana psykologens egna grundantaganden. Intervjupersonerna belyser att det därför kan vara viktigt att sätta gränser för hur de som psykologer använder sig av livsåskådningsfrågor för klientens skull och att de försöker att hantera sina personliga erfarenheter utanför samtalsbehandlingen. Detta eftersom det är viktigt att psykologerna, i mötet med klienten, inte är upptagna av sina egna exempelvis existentiella funderingar, utan är koncentrerad på klientens livssituation. Några intervjupersoner förmedlar att det är lättare att vara öppen och respektfull inför andras grundantaganden om tillvaron, när man är trygg i sin egen livsåskådning. Genom att psykologer och psykoterapeuter har bearbetat sina egna ställningstaganden i livsåskådningsfrågor kan de lättare uppmuntra klienter till att bearbeta sina livsfrågor, utan att de förmedlar sina privata livsåskådningar. Intervjupersonerna betonar att det på så vis kan öka möjligheterna att handskas med klienters livsåskådningar, när de har fått en insikt i sina egna livsåskådningar, oavsett vilka livsåskådningar de har. Vissa av intervjupersonerna beskriver den här processen som en form av balansakt där de enskilda psykologerna kan använda sig av sina privata erfarenheter av livsåskådningsfrågor inom ramen för sin profession, för klientens skull och inte för sin egen skull.

Jag har ju mina egna existentiella och religiösa övertygelser (och) erfarenheter rimligt väl genomtuggade och funderade. Men möter jag en främmande människas helt annorlunda religion och övertygelse och värdesystem då är det klart att det ifrågasätter ju mig lite grann. Då måste jag tänka efter vad jag tror själv på i dessa frågor men på sätt och vis så måste jag nästan göra det utanför timmen, för att då handlar det om mig och att jag behöver hjälp. Och jag tror att det som stör ditt möte med patienten är att du är upptagen med dig själv under det samtalet.

Balansakten av att vara personligt professionell medför även att den personliga filosofin kan lysa igenom i bemötandet av klienters upplevelser av existentiella situationer. De

intervjuade psykologerna belyser att de inte kan komma undan de egna etiska och moraliska inställningarna när de närmar sig såväl livsåskådningsfenomen som andra psykologiska fenomen, eftersom de som psykologer kommer att bemöta klienten utifrån den grundläggande människosynen som psykologerna själva har. Några intervjupersoner påpekar att psykologens egna moraliska, etiska, filosofiska ställningstaganden och livsåskådning på så vis oundvikligen kommer att färga mötet med klienten. Ändå påpekar intervjupersonerna att ett sätt att minska risken för att ens egen livsåskådning färgar behandlingssamtalet, är att utforska sin egen livsåskådning.

När ditt inre hus är städlat och ordnat, när du har en uppfattning om religiösa och etiska frågor som folk bollar med, när du har din uppfattning, då har du plats för en annan människa. Men om dina möbler ligger huller om buller då blir det svårt för dig att släppa in andra människor som är annorlunda. Och det som jag säger, det kan alla psykoterapeuter förstå men det kan andra folk inte förstå. Att det kvittar nästan fullständigt vilken inställning du har i etiska, religiösa och moraliska frågor. Det är fullständigt likgiltigt tror jag, för den terapeutiska processen, om du bara har en klar och tydlig inställning. Så jag menar att du och andra ska ta sig själv i nacken och säga "men hur står jag i frågor om gud och världen och liv och döden och gott och ont, man och kvinna, mening och lidande" och vad jag nu har för frågor.

### ***Klienters existentiella och religiösa erfarenheter.***

En forskningsfråga som jag inledningsvis formulerade gällde huruvida existentiella och/eller religiösa erfarenheter utgår från att livsåskådningsfrågor handlar om ett eller flera livsåskådningsfenomen. Den allmänna bilden som växer fram under intervjuerna visar att intervjupersonerna tolkar existentiella och religiösa erfarenheter såsom två olika men sammanlänkade företeelser. De förtydligar på olika vis att de inte ser begreppen "existentiell" och "religiös" som synonyma, utan istället ser begreppen som beskrivningar av olika slags livsåskådningsfenomen. Därmed blir formulering av "existentiella och/eller religiösa erfarenheter" överflödigt, eftersom intervjupersonerna ersätter "och/eller" med ett "och". Intervjupersonerna påpekar således att det finns betydelsefulla skillnader mellan existentiella och religiösa upplevelser. Någon av intervjupersonerna menar att religiositet inte alltid är ett användbart tema i samtalsbehandling och psykoterapi, eftersom förutsättningen för att diskutera detta tema är att klienten har en definierad tro, vilket långt ifrån alla klienter har. Intervjupersonerna tydliggör även att deras erfarenheter av att stöta på religiösa frågor hos klienter är relativt fåtaliga eftersom religiösa teman är ovanliga i deras samtalsbehandlingar. Vidare beskriver psykologerna att alla människor, inklusive psykologerna själva, dock har

existentiella frågor och någon form av livsåskådning som besvarar frågorna, vilket psykologerna kan använda sig av som tema i samtalsbehandling.

Intervjupersonerna beskriver att det i vissa fall kan vara svårt att dra gränsen mellan existentiella och religiösa upplevelser, då det handlar om var psykologerna drar sina skiljelinjer för vad som definierar en livsåskådning eller religion. Några intervjupersoner menar att människor kan ha en privat andlig tro, samtidigt som de ansluter sig till någon form av livsåskådning som vägleder individens liv utan att denna livsåskådning kan definieras som en religion.

Jag tror att det är väldigt viktigt att göra skillnad mellan existentiella och religiösa teman och frågor i terapierna, för det är två olika saker. Med religiösa teman eller religiösa frågor i terapeutiska samtal, menar jag (är) frågor som på nåt sätt kan relateras till att patienten eller klienten har en tillhörighet till nån form av definierad religion. Och jag skulle vilja säga att alla människor har existentiella erfarenheter och upplevelser och kan relatera till det, men alla människor har inte religiösa erfarenheter och upplevelser, åtminstone inte på det sättet att man tydligt kan uttrycka det eller att det så att säga är ett användbart tema. Men sen kan man ju säga att det finns former av religiositet av annat slag, om vi utgår från detta att religioner tillhandahåller en verklighetstolkning till exempel vetenskapstro eller alla ”-ismer”.

Intervjupersonerna förstår existentiella fenomen såsom livsvillkor som ofrånkomligen delas av alla människor och som sedan manifesterar sig i tillspetsade situationer i livet. Livsvillkoren uttrycks i teman som exempelvis döden, existentiell ensamhet, friheten att välja, skuld och ansvar för sina val och livshandlingar, mening och meningslöshet i livet.

De fyra existentiella grundvillkoren, de som vi som människor måste ställa oss inför och förhålla oss till vare sig vi vill eller inte. Det är de villkoren som helt enkelt utgör så att säga ramarna för vad det är att vara människa. Och det är för det första döden, alltså medvetenheten om vår dödlighet och att vi alla ska dö. Det är för det andra, den existentiella ensamheten, alltså att ingen kan leva livet i vårt ställe. Det är frågan om ansvar och skuld som ju är unikt mänsklig, och där ur det kommer också mycket av moraliska implikationer, alltså ont och gott, men alltså människan som skapare av sitt liv, som ansvarig, som en varelse som fattar beslut. Och sen för det fjärde, frågan om mening eller meningslöshet. Livets mening eller meningslöshet.

Några av psykologerna uppehåller sig vid temat döden och menar att detta tema kan vara ytterst angeläget att diskutera för vissa klienter. Temat döden kan kretsa kring klienters upplevelser av antingen närstående som har avlidit, eller handla om oro inför den egna förestående döden. Dessa intervjupersoner beskriver att vissa klienter kan ha ett stort behov av att få bearbeta och diskutera sina frågor, ställningstaganden och erfarenheter av döden. På

så vis förmedlar intervjupersonerna att fenomenet döden kan vara en psykologiskt meningsfull del av klienters livssituation.

Människor som har haft döden nära sig men överlevt har ibland kanske nån form av överlevnadsskuld. Att dödsångest har blivit livsångest, för att man har ju (tidigare) tackat nej till livet på nåt sätt.

Någon av intervjupersonerna berättar att man som psykolog kan få värdefull psykologisk information om klienter genom att undersöka hur nattens drömmar kan gestalta klienters strategier att bearbeta psykisk smärta och oro. Intervjupersonen förklarar att denne utgår från drömforskaren Montague Ullmans (1996) förståelsemodeller, som beskriver att drömmar kan uttrycka existentiella teman, exempelvis livets meningsfullhet eller ensamhet, i de bilder som skapas i drömmarna. Genom att arbeta med klientens drömmar i en samtalsbehandling, kan psykologen få ökad förståelse för hur klienten reagerar och försvarar sig mot problem i sin livsvärld, eftersom drömmens bilder kan reflektera klienters psykologiska livssituation..

Den bild eller det landskap som (drömmaren) går in i, är en bild av det känslomässiga landskapet som vederbörande befinner sig i just nu. Och här och nu, det är det existentiella och konflikterna i det (existentiella). De (existentiella konflikterna) ploppar ju upp då som händelser i det här landskapet. I drömmen (kan det handla om) att det blir ändringar i scenen och skiftningar. Och i det här skeendet, då är patienten oerhört öppen mot sig själv, (för) de vet ju egentligen inte själva vad det handlar om.

### ***Klienters religiösa och andliga erfarenheter.***

Intervjupersonerna förmedlar unisont att det är relativt ovanligt att man i samtalsbehandlingar stöter på klienters religiösa och andliga erfarenheter. Dock har det hänt att intervjupersonerna har mött klienter som har haft behov av att diskutera sina religiösa övertygelser eller specifika religiösa eller andliga upplevelser.

För att ytterligare beskriva livsåskådningsfenomens inre gränser diskuterar några av psykologerna att det även finns viktiga skillnader mellan religiösa och andliga erfarenheter. Intervjupersonerna uttrycker att religiösa spørsmål ger svar på moral- och etikfrågor, medan andliga erfarenheter handlar om personliga upplevelser av fenomen som kan tolkas utifrån en bestämd religiös övertygelse, men som även kan tolkas utanför ramen av en specifik religion. Någon av intervjupersonerna beskriver att religiösa upplevelser uttrycker en särskild form av verklighetstolkning som svarar på meningssökande frågor utifrån ett etiskt normsystem som individer samlas kring. Därtill drar psykologerna skiljelinjer mellan individers privata tro och



religioner, såsom olika slags livsåskådningar. Dock kan det kan vara svårt att dra tydliga gränser mellan till exempel religioner och privat tro, eftersom exempelvis new-age-rörelsen har både gemensamma och avvikande drag med religioner, då dessa rörelser bejakar individens privata andliga erfarenheter utan att samlas kring ett kollektivt trossystem.

Religiositet i traditionell bemärkelse innebär ju att man hänför sig själv till någon, låt oss kalla det en verklighetstolkning, som innehåller svar på de urgamla frågorna "vardan och varthän". En religion av traditionellt slag i alla fall ska ju tillhandahålla en förklaring om tillvarons uppkomst, människans roll i världssammanhanget, vad som händer efter döden och också nån form av moralisk kod, så att säga, med anvisningar om vad som är ont och gott. Som ett etiskt normsystem. (Den ska) även tillhandahålla en urkund och ritualer som skapar en gemenskap. Sedan finns det ett gränsområde, till exempel new age-rörelsen, som är nånting eget och privat och som inte har någon församlingsanknytning.

Någon av de intervjuade psykologerna resonerar kring att andliga upplevelser inte är så lätta att hantera inom samtalsbehandling och man som psykolog kan ha svårt att hitta sätt att kunna både förstå och bemöta klienters andliga erfarenheter. Intervjupersonen menar att det kan vara svårt att bemöta andliga upplevelser med hjälp av psykologiska begreppsverktyg, eftersom den traditionella psykologin inte har strävat efter att vare sig begripliggöra eller hantera andliga upplevelser.

Religionen handlar ju mer om funderingar man har och värderingar man har till skillnad från då man får en stark andlig upplevelse i terapirummet eller så. Eller att man har haft en stark andlig upplevelse nånstans utanför. Det är ju flera människor som har det och som i och för sig berättar om det. Och ibland kan det väl vara så att det är svårt att värdera om man vill ta upp det. Jag vet att en kvinna hade fått en sån stark andlig upplevelse i en terapi så att oavsett att terapeuten inte var troende och hon inte var det från början så kom hon ut som en troende person så att säga. Med en upplevelse att det blev så starkt att det måste vara nåt mer än bara två människor som möts. Det måste vara nåt mer än två människor som möts för så här skulle det inte ha blivit annars.

De intervjuade psykologerna uttrycker att de tycker det är viktigt att förstå att klienters religiositet kan vara en positiv och konstruktiv del av individens liv och psykiska välmående. Samtidigt menar intervjupersonerna att det även finns möjligheter att den religiösa tillhörigheten och övertygelsen kan ha negativa effekter på klientens psykiska hälsa. Religiösa klienter kan på så vis behöva diskutera både konstruktiva och destruktiva aspekter av religionsutövningen, när de möter psykologer i samtalsbehandling. Under intervjuerna beskriver några av psykologerna att klienter bör ges möjligheter att bearbeta sina religiösa

frågor i en trygg miljö, utan att vara rädda för att bli kränkta av behandlare som inte respekterar deras livsåskådning.

De som har religiösa funderingar eller som kommer från en religiös familj och känner att det är tokigt eller var tokigt under uppväxten, de vill gärna tala med någon som de kan inbilla sig har haft samma upplevelser och som kan förstå hur vansinnigt det kan vara i en sån här liten och trång familj med snäva gränser. Jag tror att det är mycket skam som är knuten till detta och då vågar de inte gå till vem som helst utan då kan de känna sig tryggare med (vår mottagning).

### ***Att handskas med klienters livsåskådningar med hjälp av grundantaganden.***

Som tidigare har diskuterats, beskriver intervjupersonerna hur den enskilda psykologens människosyn och psykologiska ontologi till viss del kan samverka med hur psykologen handskas med livsåskådningsfrågor. Intervjupersonerna påpekar vidare att oavsett vilka specifika problem klienter uttrycker, till exempel svårigheter som berör klienters livsåskådningar, så har man som psykolog vissa gemensamma grundantaganden gällande vad man fokuserar på i sitt yrkesuppdrag. Ett av dessa gemensamma professionella grundantaganden gäller att psykologers yrkesuppdrag i de flesta kliniska situationerna handlar om att man som psykolog försöker förstå klienters psykologiska livssituation och känslomässiga upplevelser.

Det finns ju en anledning till att de kommer till dig och det vill säga att du möter folk som vill bli förstådda. Och det står inte skrivet i pannan på dem hur de ska bli förstådda. Och då kan man ju fråga den här människan, "vad tycker du eller vad är det du önskar eller vad behöver jag veta av dig för att förstå dig, vad är väsentligt att berätta för mig så att jag förstår din situation". Och om den människan nu berättar om djupa religiösa erfarenheter eller visioner eller nåt sånt, då är du ju som psykolog inte förpliktad att själv ha liknande erfarenheter eller du är inte förpliktad att inifrån kunna förstå dessa saker men du är förpliktad att försöka begripa hur det känns att ha alla dessa här saker. På det sättet menar jag att ska man vara psykolog ska man strikt hålla sig till sin roll som psykolog. Det är ju det som de kommer till dig för. Du är inte präst, utan de kommer till dig som psykolog.

De intervjuade psykologerna betonar att när de närmar sig livsåskådningsfrågor i samtalsbehandlingar handlar det inte bara om vilka specifika psykologiska teorier och metoder som de använder sig av kliniskt. Istället påpekar några av psykologerna att deras personliga ontologiska grundantaganden återigen är viktiga att förtydliga, eftersom dessa antaganden påverkar hur psykologerna konkret hanterar livsåskådningsfrågor i kliniska samtal. En del av intervjupersonerna beskriver att psykologers sätt att kliniskt bemöta och

hantera klienter främst handlar om vilken människosyn man har när man närmar sig klienters problematik. Intervjupersonerna menar vidare att på så vis är psykologens enskilda val av ontologier och människosyn är mer avgörande än psykologiska metoder, för hur man hanterar klienters problematik.

Men (gällande) metodinriktning så tycker jag att det finns ju ingen metod som man kan använda sig av när man kommer in på existentiella eller filosofiska, religiösa trosfrågor. Utan det (handlar om) att gå in i det samtalet och lyssna och försöka förstå vad den andra säger och kanske förstå om det är nån smärta. Oftast är ju smärtan påhittad. De är rädda att de inte kan bli förstådda. Och där är förtroendet återigen viktigt och som terapeut har jag ju inte kunskapen. Det är bara dem själva som har kunskapen. Det här med metod, då blir jag den här psykologen i vit rock som vet hur det ska vara.

Detta intervjuutdrag och tema beskriver kanske inte bara psykologiska metoders begränsningar, utan även sambandet mellan psykologernas personliga handlingsstrategier och vilken typ av yrkesroll psykologerna identifierar sig med. Intervjupersonerna diskuterar sina yrkesroller i termer av att de i mötet med klienten, utöver det faktum att man arbetar som psykolog, även möter en medmänniska. Den enskilda psykologens grundantaganden och gränsdragning mellan att å ena sidan vara en professionell yrkesperson och å andra sidan vara en privatperson, kan på så vis vara betydelsefulla för hur de kan bemöta klienter och deras upplevelser av livsåskådningsfenomen. Intervjupersonerna beskriver att deras identiteter eller yrkesroller som psykologer till stor del handlar om hur de funnit strategier för att integrera teoretiska kunskaper med både kliniska och privata erfarenhet. Rollen som psykolog ger ett ramverk för hur de försöker förstå klientens livsvärld, vilket sedan anpassas till det aktuella yrkesuppdraget och den enskilda psykologens grundantaganden.

Det är väldigt viktigt att liksom patienten upplever det här att man möter en medmänniska som är där. Och det innebär också att man kan och bör vara rätt så personlig ibland i sina interventioner utan att vara privat. Det handlar väl om den psykoteraeutiska grundhållningen här. Att det är inte jag som ska hitta lösningarna utan man får försöka stödja och vägleda patienten till att själv undersöka sitt sätt att tänka.

***Att handskas med klienters livsåskådningar med hjälp av gränsdragningar.***

Intervjupersonerna beskriver hur de drar skiljelinjer mellan livsåskådningsfrågors psykologiska aspekter och psykologyrkets ramar och vetenskapliga gränser. Psykologerna betonar vikten av att utifrån sina professionella ramverk utgå från klienters behov och önskemål av samtalskontakter, även när detta innebär att psykologen kan tvingas att tänja på sina professionella ramar men ändå stanna kvar inom psykologrollens professionella gränser. Någon av intervjupersonerna beskriver hur man kan försöka att balansera på gränsen mellan sitt professionella uppdrag och klientens psykiska förmåga och kapacitet, genom att försöka vara lyhörd och kunna anpassa sina professionella ramar till klientens livssituation och behov.

Även om jag som psykolog har väldigt givna gränser har jag även här (på arbetsplatsen) mina gränser, men de är väldigt diffusa ibland. Jag går ju in och ut ur mina ramar. Men jag måste vara medveten om vilka ramar jag har. I samtalen så brukar vi sätta oss ner och jag säger att "ja, nu får vi känna efter om vi passar ihop och vad vill vi prata om" och så formulerar vi det tillsammans, och när det är slut så är det slut. Och (jag kan fråga) "vad vill du?" och ibland kan man inte formulera det utan det kommer på resans gång.

Gränsdragningar kan också handla om hur psykologerna kan tydliggöra att de som personer tar ansvar för sina val i livet genom att se var gränserna går för yrkesuppdraget och deras personliga förmågor och resurser. Några intervjupersoner menar att det tillhör psykologers yrkesuppdrag att oavsett vilken teoretisk inriktning man har som psykolog eller psykoterapeut, försöka hjälpa klienter att få insikt om sina egna resurser och gränserna av desamma, för att kunna ha rimliga krav på sig själv och omgivningen för att nå en ökad psykisk hälsa. Dessa gränsdragningar kan, enligt intervjupersonerna, aktualiseras när klienter diskuterar upplevelser av psykisk ohälsa utifrån sina religiösa och existentiella övertygelser.

Det här blir tydligt när man jobbar med alla utbrändhetsfallen. Detta att aldrig tro sig duga, att alltid spränga sina gränser. Men vi är olika skapade. Vi är intelligentare eller dummare eller flitigare eller latare. Så är det ju. Och man får ju stå ut med hurdan man nu är. Och så måste man ju bestämma sig för hur mycket man ska bekämpa sig och hur mycket man ska bejaka sig. Hur mycket man ska pressa sig. Den normen måste man ju sätta själv. Det är dumt och opraktiskt att utföra handlingar som man i inom sig själv inte tillåter för då motarbetar man ju sig själv på djupet. Antingen får man tillåta dem eller också får man avhålla sig från dem frestelserna.

Enligt vissa intervjupersoner kan gränsdragningar även handla om hur de som psykologer ibland försöker att tänja på gränserna för sina professionella uppdrag, för att kunna integrera

livsåskådningsfrågor. Någon av psykologerna beskriver hur man som enskild psykolog kan försöka att vara kreativ och lyhörd för klientens behov av att diskutera livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling. Intervjupersonen berättar att det samtidigt inte alltid är lätt att veta hur mycket en klient klarar av att hantera när man närmar sig exempelvis existentiella frågor. Därför är det ytterst viktigt att man som psykolog är ansvarsfull och försöker att hjälpa klienten att sätta gränser för hur långt man går i dessa diskussionerna, så att påfrestningarna inte blir alltför stora för klienten. Flera av intervjupersonerna beskriver även att de ser det som viktigt att man som psykolog respekterar klienters integritet och valfrihet i olika livssituationer och därmed försöker att inta en stödjande och icke-styrande hållning.

Jag skulle själv vilja ha det själv så att folk inte propsade på mig (när jag närmar mig döendet och döden). Jag skulle vilja ha det i min egen takt. Sen ibland måste man ju öppna de där dörrarna, men det kan man känna av ibland själv. Och just det här med att prata om döden och testamenten och så, det kan komma i ett sammanhang där du måste vara lyhörd och prata om det, när människor bjuder in. För sen går mötet förlorat. Och sen måste man också kunna sätta sina gränser, alltså för hur långt du går och är beredd att gå ibland. För ibland ska vi inte vara med. Vi ska inte ta över i vissa situationer.

I intervjuerna hamnade vi i diskussioner kring likheter och skillnader mellan psykologi och själavård, där intervjupersoner var noga med att peka på skillnaderna mellan psykoterapi och samtalsbehandling å ena sidan och själavård å andra sidan. Intervjupersonerna beskriver att psykoterapi främst handlar om att förstå och behandla psykisk smärta genom att man utforskar klientens livshistoria samt aktuella livssituation, med hjälp av psykologiska teorier. Intervjupersonerna beskriver att själavård istället handlar om att bistå en person att hitta mening i lidandet utifrån sin religiösa övertygelse. Vidare beskriver intervjupersonerna att själasörjare utgår från sina personliga religiösa övertygelser och vägleder individer i vad som är "rätt och fel" utifrån teologiska och etiska livsåskådningsssystem. Som psykolog har man inte vare sig den kunskap eller det uppdrag som ger befogenhet till andlig vägledning. Istället kan psykologer använda och bearbeta klienters religiösa upplevelser utifrån ett psykologiskt perspektiv där de försöker förstå hur den psykologiska problematiken eller smärtan uppkom, hur den yttrar sig samt hur man som psykolog kan lindra klientens smärta.

Jag drar en gräns mot det existentiella, jag drar en gräns mot det religiösa. Det är heller inte mitt bord, inte mitt mandat, jag är inte präst. Men det är inte, alltså det kan väl kanske vara vårt bord om man tar till religion på ett sätt så att det egentligen är ett försvar mot psykologisk smärta, vilket jag tror att en del människor gör. Då drar

jag mig inte för att så att säga konfrontera den människans föreställning. Men där är alltså en form av lag att som psykoterapeut så jobbar jag med en sektor som är här nånstans och under eller över så finns den här religiösa, existentiella sektorn. Det finns ett gränsland där emellan men där finns också en skiljelinje.

Samtidigt som intervjupersonerna drar skiljelinjer mellan psykologisk samtalsbehandling och själavård, kan det finnas skäl till att vara lyhörd för när man som psykolog inte ska visa vidare till en själasörjare utan bemöta klientens religiösa spörsmål. Några av intervjupersonerna menar att det kan vara viktigt att förstå att klienters moraliska och etiska frågor kan handla främst om psykiskt, inte själsligt, lidande. Utifrån detta resonemang tydliggör intervjupersonerna att etiska och även religiösa spörsmål kan hanteras inom ramen för psykologisk samtalsbehandling och inte skickas vidare till en själasörjare. En av psykologerna betonar att det kan vara viktigt att man som psykolog är beredd på att hantera klienters religiösa frågor, när klienter söker behandling av en psykolog på grund av att klienten upplever det som hotfullt att prata med en själasörjare om religiösa problem. På så vis kan religiösa klienter ha behov av att söka psykologisk samtalsbehandling, om de problem klienterna söker behandling av rör såväl religiösa som psykologiska svårigheter.

Man talar rätt mycket om vad som är själavård och vad som är psykoterapi, men det kan ju vara såna gränsfrågor där tron till exempel är skakad men orsaken till det kan ju vara ganska psykologisk. Men sen när då det andliga som kommer, där man har andra problem och där det inte är, framförallt inte är trosfrågan i sig som man behöver prata om, de kanske inte direkt ber att få komma till en präst eller en teolog. Men där kan man ju se att, som till exempel i fråga om sexualitet och att tron och de religiösa anknytningarna kan ställa till svårigheter.

Intervjupersonerna beskriver att gränserna mellan psykoterapi och psykologisk samtalsbehandling å ena sidan och själavård å andra sidan, kan tydliggöras genom vilket språk eller vilka begrepp som behandlaren använder sig av. Några intervjupersoner beskriver att det psykologiska språket sätter gränser för vad de diskuterar och inte diskuterar i samtalsbehandling och att de genom sina ord- och begreppsval kan markera en gräns mellan själavård och psykologisk samtalsbehandling.

Man förväntar sig inte att man ska eller kan prata om vissa begrepp hos en psykolog eller psykoterapeut. Vilket i viss mån kan vara riktigt, att vissa begrepp ska man ju prata med en själasörjare om, när det handlar om frälsning, nåd.

Samtidigt påpekar några av intervjupersonerna att även om språkbruket markerar gränser mellan olika yrkesuppdrag, är gränsdragningarna inte absoluta eller entydiga. Dessa intervjupersoner menar att språkgränserna kan överskridas när klienters problem handlar om både psykologiska och teologiska eller filosofiska frågor. Psykologerna tydliggör att det finns möjligheter att tänja och utveckla det psykologiska språkbruket eftersom vissa begrepp, som exempelvis ”försoning” även uttrycker psykologiska fenomen, som till exempel ”acceptans”. Några intervjupersoner beskriver att det kan finnas skäl till att de som psykologer använder sig av teologiska begrepp och metaforer i mötet med livsåskådningsfrågor, om klienterna själva behärskar ett teologiskt språk. De menar att ett teologiskt språk kan vara konstruktivt att använda sig av i vissa fall, eftersom det kan vara svårt att diskutera andliga upplevelser utifrån ett psykologiskt språk. Det teologiska språket kan möjliggöra att man får ett större djup i samtalet kring klienters existentiella och religiösa erfarenheter. Intervjupersonerna beskriver att de med hjälp av teologiska och filosofiska begreppsverktyg på så vis kan öka sin förståelse av livsåskådnings psykologiska aspekter.

Jag försökte ju lära mig det här kristna språket för att kunna kanske förstå vad människor menade med saker som de sa när de hade ett kristet språk och liksom kunna tala i och göra översättningar av det, eller vad man ska säga. Där (till exempel) acceptans, det är ju ett sånt där mer psykologiskt sätt att tänka på nåt sätt. Och försonas kan man ju också tänka på i psykologisk bemärkelse. Man kan säga att man försonas med sig själv och så. Men sen kan det vara ytterligare ett steg att man får försoning och det är väl det behovet som kanske en religiös person har av att känna att det genomsyrar på nåt sätt. Om man försonas.

Gränsdragningar kan även manifesteras genom att psykologerna i mötet med klienterna utgår från att det finns en existentiell jämlikhet mellan psykolog och klient. Den här gränsdragningen belyser hur de intervjuade psykologerna kan hantera klienters existentiella upplevelser i sin yrkesutövning som psykolog. Genom att psykologerna beskriver att det finns en existentiell jämlikhet mellan klienten och psykologen, kan psykologerna även tydligare se vad det är som skiljer de två parterna från varandra och vad klientens psykologiska problematik främst berör.

Den här enorma ångesten inför tillvaron, att “vad ska jag göra med mitt enda liv“, den är ju inte patologisk. Alltså den är inte problematisk på det sättet och den tillhör inte det här området som handlar om att man har vuxit upp och lärt sig att ta hand om sin mamma eller sin pappa när man var fem år gammal. De (områdena) går praktiskt in i varandra, det kan man inte skilja åt, men mitt mandat ligger inte där. Alltså jag är

inte gud. Jag är en liten sketen terapeut och det är det jag kan och sen så ska jag då kanske veta var gränsen går.

Utgångspunkten om existentiell likhet och psykologisk olikhet som kommer genom psykologens yrkesuppdrag och professionella kunskaper, ger möjlighet till att sätta gränser i mötet med klienters livsåskådningsfrågor. Intervjupersonerna beskriver att det därmed handlar om att psykologerna respekterar klienten och dennes livsproblem samtidigt som de som psykologer använder sina psykologiska kunskaper för att bedöma hur de bäst kan hjälpa klienten med dennes psykiska svårigheter. Psykologerna skapar på så vis olika strategier för hur de kan bemöta livsåskådningsfrågor i samtalsbehandlingar, eller om det istället finns andra teman som är mer väsentliga gällande klientens problematik.

Allt jag kan göra med en människa som kommer (hit) bygger på insikten av att vi är två människor som har samma existentiella grundproblematik. Jag ska kunna hjälpa till och avgränsa min klients problem på ett sånt sätt så att där finns ett område som är det psykologiska området som vi sysslar med, som inte är det existentiella. Alltså det sysslar vi också med, men där är vi lika, men på det psykologiska är vi olika.

#### *Att handskas med psykologiska aspekter av existentiella erfarenheter.*

Intervjupersonernas beskrivningar under den här rubriken handlar om hur de kan förstå och bemöta existentiella erfarenheter utifrån olika psykologiska inriktningar, och främst då genom existentiell psykologi. Intervjupersonerna belyser att de i vissa fall kan resonera i termer av att klienters psykiska problem kan handla om att individer har svårigheter med att upprätthålla relationer till andra människor och omvärlden, vilket kan ge upphov till psykiskt lidande och existentiella spörsmål.

Skuld och ansvar finns ju med nästan hela tiden, tycker jag, i de flesta terapier. (Gällande) relationer och som du säger meningslöshetskänsla, då brukar det inte komma upp så mycket funderingar om livets mening och evigt liv och så. (Det handlar om) att det är nånting i kommunikationen mellan individen och omvärlden oftast som skapar den känslan då att det inte är en mening, om man inte kan ta sig ut eller öppna dörren för andra eller gå in i andra så att säga. Så jag tänker mig att det är detta som gör att det känns meningslöst.

Den existentiella psykologin ger även förslag på begreppsliga verktyg för hur man kan integrera existentiella fenomen i psykologi. Begreppsverktygen sammanhänger med hur psykologer som inspirerats av existentiell psykologi ser på psykologiska företeelser utifrån ett filosofiskt perspektiv där man till exempel utgår från att ångest inte nödvändigtvis är något



patologiskt, utan istället tillhör den mänskliga tillvarons villkor. Därmed beskriver psykologerna hur den existentiella psykologins syn på ångest skiljer sig från psykoanalytisk teori, där man istället utgår från att ångest beror på individens driftsproblem. Någon av intervjupersonerna nämner Irvin, D Yalom (1980) som en bidragsgivare av psykologiska begreppsverktyg.

Yalom menar ju att de här fyra yttersta angelägenheterna, ultimate concerns, i väldigt hög grad är den egentliga drivkraften bakom väldigt mycket psykopatologi och bakom mycket neuroser. Alltså att insikten om de mänskliga villkoren skapar en existentiell grundångest hos människan som kan vara starkare eller svagare beroende på situationer och belastning. Och sen reagerar vi då på den här ångesten enligt de kända försvarsmekanismerna som vi har från Freud och andra. När människor står inför förluster, det kan vara släktingar eller någon närstående som har dött, men det kan också vara separationer av annat slag, då kan det också ge fruktbara samtalsteman just kring temat tiden, den begränsade tiden, utan att man direkt måste prata om döden. Fast ibland så är det det som man måste göra, tycker jag.

I den förra temakategorin berättade några av intervjupersonerna att en del av deras lyhördhet inför livsåskådningsfrågor visar sig genom att de utgår från att de som psykologer har samma existentiella förutsättningar som klienterna, utifrån ståndpunkten om alla människors existentiella likhet. Intervjupersonerna diskuterar även hur andra grundantaganden och begreppsverktyg kan hämtas från existentiell psykologi och integreras i samtalsbehandlingar. Någon av psykologerna beskriver även hur det existentiella temat "frihet" kan appliceras på klienters livssituation, utifrån ett existentiellt antagande av att man som människa har frihet att välja och samtidigt har ansvar för de konsekvenser som ens val resulterat i. Som psykolog kan man gestalta existentiell frihet genom att diskutera klienters möjligheter att välja olika handlingsalternativ i sina liv.

Då säger jag att "du, kan du inte nöja dig med att stänga dörren, måste du smälla igen den också? Du behöver väl inte vara kvar?" Alltså frigörelsen både från föräldrar eller från andra, kyrkan till exempel, den yttrar sig ju och det blir ju ett kontrafobiskt beteende ofta. Det är ju den utlevande livsstilen nästan ett bevis på, att man fortfarande eller att man ännu inte är frigjord. Man har ju det här inom sig och över sig. När man är fri från det så har man ju inte nåt behov längre av att protestera och agera på samma sätt. Budskapet är ju alltså att "du är fri, så varför inte använda dig av friheten istället för att demonstrera den". Det tycker jag är det existencialistiska credot. Att vi väljer hur vi formar våra liv och hur vi agerar. Men det är ju ingen absolut frihet.

Några av psykologerna belyser att ställningstagandet om existentiell jämlikhet kan ligga som grund för hur man på ett respektfullt sätt kan bemöta klienter när man undersöker vad man som psykolog kan erbjuda klienter för slags hjälp utifrån sitt yrkesuppdrag. Intervjupersonerna förklarar att antagandet av att det finns en existentiell jämlikhet mellan klienter och psykologer, kan påverka hur de handskas med klienters psykiska problematik. Antagandet om existentiell jämlikhet kan till exempel bidra till att psykologerna får en ökad ödmjukhet inför klienters belägenhet och psykiska lidande.

Det ligger en likvärdighet (i mötet) från början, att om det kommer hit en människa som vill nånting av mig så innebär inte det att vi är ojämlika. Allt jag kan göra med en människa som kommer bygger på insikten av att vi är två människor som har samma existentiella grundproblematik, även om den som kommer sen då ofta har massor med problem och psykologiskt är i ett väldigt hjälpsökande (tillstånd), och har ett stort hjälpbehov.

***Att handskas med psykologiska aspekter av religiösa och andliga erfarenheter.***

Intervjupersonerna beskriver hur de på olika sätt kan integrera klienters religiösa erfarenheter som en del av klienters livsvärldar, när de som psykologer primärt utforskar de känslomässiga aspekterna av religiösa erfarenheter. De uttrycker samtidigt att sociologiska, filosofiska eller teologiska aspekter huvudsakligen inte utforskas av psykologer utan inom andra professioner. Därför är det väsentlig för psykologerna att tydliggöra att det är psykologiska aspekter, till skillnad från sociologiska, filosofiska eller teologiska aspekter, av religiösa upplevelser som de försöker att hantera inom samtalsbehandlingar.

Du är mycket kompetent att ta ställning till vad den här föreställningen om (exempelvis) liv efter döden betyder för den här människan. Alltså vad ligger det för förväntningar? Vilken roll spelar denna föreställningen (för klienten)? För alla religiösa föreställningar har ju en psykologisk sida och spelar en roll i människors liv.

Några av intervjupersonerna betonar att det är klienten som har förmågan att förklara för psykologen hur och varför religiösa erfarenheter är betydelsefulla för individen, samtidigt som det tillhör psykologens uppgift att ge utrymme för klientens religiositet som en del av klientens inre liv. Därmed kan man se exempel på hur psykologer konkret kan integrera religiösa teman även om de inte har någon teologisk eller filosofisk kompetens, eftersom psykologer utforskar den psykologiska innebörden av klientens religiösa upplevelser.

Om de berättar om internt muslimska konflikter eller att det står i nån hadith eller nån sura i Koranen så står det si eller så står det så, så kan du ju säga att det är främmande för dig men du kan ju be att de förklarar för dig vad det är som är viktigt i detta för dem. Du får alltså erkänna din okunnighet och be den människan säga vad han eller hon tycker är viktigt för dig att veta nu för att förstå hur det har varit att vara i (till exempel) en sekt. Och då har den människan ett översättningsarbete som ska göras. Det är lite kul om du är välinformerad och har läst religionshistoria och sådär men det är inte alls säkert att det är nån hjälp som psykolog, det är inte säkert. För du ska ju leta efter den känslomässiga kvaliteten i det här.

Vissa intervjupersoner påpekar att det ligger i psykologers intresse att integrera religiösa teman i samtalen med klienterna när man ser frågor om moral och etik som delar av klienters livsvärldar. Någon av intervjupersonerna förklarar sig hämta inspiration från den engelska psykologen Emmy van Deurzen (1998), som menar att klienters religiösa tillhörigheter är intressanta att undersöka eftersom psykologer och psykoterapeuter har till uppgift att utforska hur klienten förstår världen utifrån sin specifika livsåskådning. Eftersom religiositet är en livsåskådning bland andra, menar van Deurzen (1998) att religiösa teman mycket väl kan undersökas och diskuteras i samtalsbehandlingar. Gällande hur man som psykolog kan integrera klienters religiositet tydliggör intervjupersonerna att de försöker visa klienter att de respekterar livsåskådningsteman i samtalsbehandlingar, oavsett vilken religiös inriktning klienterna har.

Men när jag möter det och jag tycker att det är väldigt intressant och viktigt, så har jag samma hållning till det som till andra berättelser jag får som handlar om hur människor tolkar sina liv. För det är ju det som det handlar om. Religiositeten är ju en verklighetstolkning, ateismen är en annan. Tron på naturvetenskap och rationalism är en tredje och så vidare. Jag tycker att det enda sättet man kan förhålla sig till det är det respektfulla lyssnandet. Emmy van Deurzen menar att terapeutens primära uppgift är alltid att försöka förstå hur patienten ser på världen. Och det inkluderar naturligtvis religiösa föreställningar. Jag tycker i min hållning så handlar det om att hjälpa patienter så att säga att utveckla dem verklighetstolkningar man har och förklara och förtydliga dem.

Någon av intervjupersonerna belyser att även klienters berättelser om andliga erfarenheter kan öka psykologers förståelse för klienter, förutsatt att den enskilda psykologen kan hitta sätt att handskas med klienters andliga upplevelser i samtalsbehandling. Samma intervjuperson menar att eftersom andliga erfarenheter inte så lätt förklaras i psykologiska termer kan det vara svårt att hitta psykologiska begrepp för att hantera och bemöta andliga upplevelser. En strategi som möjliggör en integrering av andliga upplevelser i samtalsbehandling, kan vara att psykologer till en början försöker att lyssna på klienters beskrivningar av sina andliga

erfarenheter, utan att ifrågasätta klienternas upplevelser. Även andra intervjupersoner förtydligar att bemötandet av religiösa och andliga upplevelser kan handla om att psykologerna försöker vara respektfulla genom att lyssna på klienten och tydligt förmedla att de förstår att dessa erfarenheter är väsentliga delar av klientens verklighet. Psykologerna beskriver att klienters andliga erfarenheter på så vis kan vara värdefulla inslag i psykologisk samtalsbehandling.

Det har hänt ett par gånger att jag har fått möta just såna upplevelser som att "plötsligt står där en kvinna i ljuset" och så. Och det finns ju bara att ta emot det på något sätt. Det är ju så att säga en verklighet även om den är annorlunda, så är det ju en verklighet för den personen. De har ju upplevt det. Som när en fågel får symbolvärde, som man skulle kanske skulle kalla det med ett annat språk. Alltså att man vet att "den fågeln är min döde man, jag vet det bara". Det är ju extraordinärt, om man ser det så, men man kan låta bli att negligera det. Att inte ifrågasätta det på ett, vad ska jag säga, avvisande sätt. (Det är det) som är att ta emot det. Det tror jag väl också kan vara en skillnad om man möter en person som inte alls har nån känsla för det här med andlighet eller känner sig som nån sökare själv eller så, att det här faller på hälleberget. Att det faller platt och alltså inte får någon som helst respons, utan det negligeras på nåt vis.

### **Diskussion och teoretiska perspektiv**

I den empiriska undersökningen beskriver intervjupersonerna vilka svårigheter som de kan stöta på när de handskas med klienters livsåskådningar. Intervjupersonerna berättar även hur de hittar olika sätt att förstå och bemöta klienters existentiella och/eller religiösa erfarenheter, i samtalsbehandlingar. Hur kan då den här empiriska studien bidra till en ökad förståelse av hur livsåskådningsfrågor kan hanteras inom klinisk psykologi, som meningsfulla delar av klienters livssituation? För att besvara den frågan är det väsentligt att diskutera hur jag och läsaren kan förstå undersökningens tillförlitlighet och allmängiltighet.

#### ***Undersökningens begränsningar***

Denna empiriska undersökning begränsar sig till att beskriva hur åtta psykologer hanterar livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling, samt hur de förstår och bemöter klienters existentiella och religiösa erfarenheter med hjälp av psykologiska begreppsverktyg.

Studiens reliabilitet påverkas möjligen negativt av min förförståelse, samtidigt som jag finner att det fenomenologiska kritiska beaktandet av forskarens förförståelse har ökat mina möjligheter att förhindra en subjektiv styrning av genomförandet av intervjuerna och analyserna av desamma. Dock händer det några gånger under såväl intervjufasen som

analysfasen av intervjudatan, att jag förlorar fokus på mina forskningsfrågor och syftet med undersökningen eftersom jag finner nya spännande perspektiv på livsåskådningsfrågor i psykologi. Genom att ibland ta några steg bakåt och försöka få distans till undersökningen har det fenomenologiska förhållningssättet ökat mina möjligheter till att strukturera och i viss mån kontrollera hur mina subjektiva ställningstaganden styr min förståelse av intervjudatan. Jag finner vidare att läsaren kanske bäst kan bedöma studiens tillförlitlighet utifrån hur väl intervjuutdragen överensstämmer med de temakategorier och rubriker som jag presenterade i resultatavsnittet.

Vad gäller validiteten av studien beror den i stor utsträckning på mitt urval av intervjudatorer samt intervjudatans och temakategoriernas allmänna teoretiska giltighet.

Gällande urvalet av intervjudatorer menar jag att de personer som deltog i studiens intervjuer är goda representanter för hur psykologer med klinisk erfarenhet av, och intresse för, livsåskådningsfrågor kan hantera klienters livsåskådningar i samtalsbehandlingar. Därmed finner jag att urvalet av intervjudatorer på ett rimligt sätt uppfyller syftet av att kartlägga hur psykologer kan handskas med livsåskådningsfrågor i samtalsbehandling. Jag kan dock inte med säkerhet veta hur ett annat urval av intervjudatorer skulle presenterat sina förhållningssätt till livsåskådningsfrågor. Därför kan man se studiens validitet som begränsad men ändå godtagbar utifrån de begränsningar som jag gör av studiens syften och mål.

Jag kan i efterhand se att mitt urval av intervjudatorer inte tog någon större hänsyn till intervjudatorernas genus eller kulturella tillhörighet, vilket kan ha snedvridit undersökningens resultat. De främsta anledningarna till att varken genus eller kulturell bakgrund av intervjudatorerna utforskades är att studien primärt syftar till att kartlägga olika faktorer som kan påverka hur psykologer kan hantera livsåskådningsfrågor. Vad gäller kulturell tillhörighet är samtliga intervjudatorer av västeuropeiskt ursprung, vilket ger skäl till att läsaren kan förstå studiens validitet endast berör psykologer med en västeuropeisk, kulturell bakgrund.

Gällande intervjudatans validitet har jag valt ut några speciella temakategorier som ska försöka att spegla intervjudatans komplexitet. Hade jag valt att syna intervjudatans mönster från andra synvinklar skulle det förmodligen gett andra rubriker och temakategorier, vilket kan tänkas begränsa validiteten av studien. Jag finner även att studiens validitet sammanhänger med hur jag i nedan följande diskussion kan förmedla intervjudatans allmängiltighet med hjälp av olika psykologiska perspektiv på livsåskådningsfrågor.

### ***Olika former av gränsfenomen***

Det mönster av intervjudatan som jag anser är mest givande att diskutera utifrån mina forskningsfrågor, utgår från intervjupersonernas diskussioner om professionella och personliga gränser till livsåskådningsfrågors psykologiska gränser.

Jag finner således att begreppet *gräns* illustrerar ett gemensamt mönster av intervjupersonernas resonemang av hur livsåskådningsfrågor kan begripliggöras och bemötas i samtalsbehandling. En gräns definieras såsom en skapad eller naturlig linje som förbinder framskjutna delar av en företeelse och samtidigt skiljer den från andra företeelser (Svenska Akademien, 1929). Gränsen bidrar således till att urskilja en företeelse, genom att särskilja den från en annan företeelse.

Intervjupersonerna förklarar att religiösa, existentiella och andliga fenomen har delvis, men inte enbart, psykologiska aspekter. Inför att man psykologiskt ska kunna begripliggöra vad livsåskådningsterminologin beskriver i form av existentiella, religiösa och andliga upplevelser, kan jag nu börja urskilja att intervjupersonerna skiljer mellan de olika livsåskådningsbegreppen som om de handlade om olika men sammanlänkade fenomen. Angående begreppet fenomen syftar det till något som visar sig i tillvaron och som vidare kan förstås som:

“...en företeelse i den konkreta verkligheten då den uppenbarar sig för en i sitt naturliga sammanhang, i hela sin sammansatthet och föränderlighet. Ett fenomen är dock något som inte är direkt, oflekterat givet och begripligt. Det är något som man genom noggrant sökande, iakttagande genom inlevelse, eftertanke och tolkning... kan komma till klarhet över.“ (Birgerstam, 2000, s. 19)

Religionspsykologen Owe Wikström (1990) påpekar även att människors intensiva, gränsöverskridande upplevelser tolkas i socialt konstruerade språkliga symboler, eller livsåskådningsstermer. På detta viset kan man förstå existentiella och religiösa erfarenheter som psykologiska, filosofiska eller teologiska och sociologiska fenomen eftersom människors sinnesförnimmelser tolkas och verbaliseras utifrån individens sociala kontext.

Därmed tycker mig finna att existentiella och religiösa fenomen gestaltar sig genom just att de är gränsfenomen. Gränsen utgör essensen av dess existens och ger fenomenen en position som meningsbärare för samtalsbehandling. Begreppet gräns belyser även hur intervjupersonerna kan urskilja psykologins domäner från andra vetenskapliga domäner när de handskas med livsåskådningsfrågor. För att bättre kunna förstå hur intervjupersonerna, och

även andra psykologer begripliggör livsåskådningsfenomen, diskuteras nedan några perspektiv på psykologins och psykologers gränser till livsåskådningsfrågor.

### ***Psykologins gränser***

Det som intervjupersonerna beskriver kring psykologins gränser till livsåskådningsfrågor, kan möjligen förstås som uttryck för hur psykologer kan hantera att befinna sig i ett tvärvetenskapligt gränsland. Kanske man därför till och med kan säga att psykologi som tvärvetenskap även är en gränsvetenskap. Hur har andra forskare förstått psykologins gränser till livsåskådningsfrågor?

Som jag nämnde i inledningsavsnittet har Erik H Erikson (1985) integrerat människors livsåskådningar som meningsfulla delar i sin psykologiska förståelsemodell. Erikson belyser att människans existens utgörs av en ömsesidig samverkan mellan somatiska, psykiska och kulturella processer. Erikson menar vidare att den här samverkan resulterar i att psykologin måste undersöka samtliga av dessa tre processer för att få en helhetsförståelse av mänskligt beteende. Genom detta psykologiska perspektiv kan klienters livsåskådningar, som delar av kulturella processer, därmed bli betydelsefulla psykologiska ledtrådar i helhetsförståelsen av en klient. Detta eftersom kulturella processer motiverar tanke-, känslö-, och beteendemönster hos individer och därmed deras psykologiska konstitutioner. Klienters berättelser om existentiella, religiösa och andliga erfarenheter kan på så vis spela en viktig roll i psykologisk samtalsbehandling och psykoterapi, där man försöker förstå och behandla klienters psykiska lidande.

Även den teologiska filosofen Paul Tillich (1977) utgår från att man inte kan förstå människan och hennes psykologiska strukturer utan att ta hjälp av andra professioner, eftersom psykologin och psykiatri inte räcker till för att förklara alla delar av människans natur. För att få kunskap om människans psyke måste psykologer på så vis söka efter kunskap även inom exempelvis samhällsvetenskap, medicin, teologi och även filosofi. Men Tillich påpekar även att man som psykolog endast kan verka inom psykologins gränser, varför psykologer måste hitta sätt att urskilja vad som kan, respektive inte kan, förstås och hanteras inom psykologin gällande livsåskådningsfrågor. På så vis måste kanske psykologer balansera på gränserna mellan psykologi och andra vetenskaper samtidigt som de försöker undvika att göra intrång på till exempel teologins domäner.

Intervjupersonerna diskuterar inte bara vikten av att hålla sig inom sin professions gränser utan även att gränserna för psykologin handlar om vilka grundantaganden de enskilda

psykologerna har för psykologisk vetenskap. Psykologins gränser till livsåskådningsfrågor är alltså inte helt enkla att se eller dra utan kan i viss utsträckning tolkas av varje enskild psykolog utifrån dennes personliga ontologiska ställningstaganden. För att urskilja vad psykologins gränser går gällande livsåskådningsfrågor kan psykologer därför ta hjälp av olika psykologiska ontologier. Flera av intervjupersonerna beskriver att de utgår från någon form av existensialpsykologisk ontologi, som de sammanfogar med exempelvis psykodynamiska teoretiska ställningstaganden.

Karl Jaspers (1964) filosofiska bidrag till existentiell psykologi och psykoterapi, förtydligar att alla psykologiska teorier och behandlingsmetoder hänger samman med de filosofiska grundantaganden och den människosynen som behandlaren har. Jaspers menar att en behandlare därför omöjlig kan vara objektiv inför de teorier och behandlingsmetoder som denne använder sig av, eftersom de ontologiska grundantagandena kommer att påverka hur man handskas med klienters livsåskådningar. Vidare skiljer sig olika ontologier åt, gällande synen på huruvida och hur psykologi bör hantera livsåskådningsfrågor.

Den engelska psykologen Emmy van Deurzen (1998) förklarar att den existentiella psykologin försöker förstå hur människans plats i världen och tillvarons villkor, samverkar och resulterar i människans beteende och sätt att vara i världen. Existentiell psykologi prioriterar alltså förståelsen av människans position som agerande subjekt i världen och hävdar att metoderna för att behandla psykisk ohälsa följer av den existentiella förståelsen av människan i tillvaron. Hon förklarar även att människans existens gestaltar sig i de fysiska, sociala, personliga och andliga dimensioner som utgör grundförutsättningarna för människans sätt att vara, eller existera, i världen. Den existentiella psykologins ontologi integrerar alltså samtliga av dessa dimensioner, inklusive den andliga, som väsentliga delar av människans psyke genom att utforska hur klienten förhåller sig till tillvaron. Människan måste även förhålla sig till tillvarons grundläggande villkor, som primärt utgörs av att individen i sitt nuvarande tillstånd lever och existerar, men ovillkorligen kommer att möta en icke-existens när man möter döden. Man menar vidare att människors upplevelser av psykisk ohälsa i grunden handlar om att individer har svårt att hantera tillvarons villkor när de konfronteras med livets möjligheter och gränser. Eftersom den existentiella psykologin integrerar existentiella och religiösa eller andliga frågor som meningsgivare i livet, ger den här ontologin goda möjligheter för psykologer att i allmänhet försöka förstå och bemöta klienters existentiella och religiösa erfarenheter.



### ***Psykologers gränser***

Genom att intervjupersonerna reflekterar över psykologin som vetenskap kan de öka möjligheterna till att skapa tydliga ramar för sitt yrkesuppdrag i mötet med klienters existentiella och religiösa erfarenheter. Viktor Frankl (1987) förtydligar att det tillhör psykologers och psykoterapeuters yrkesuppdrag att i samtalsbehandlingar och psykoterapier behandla psykisk ohälsa. Frankl menar vidare att de aspekter av livsåskådningsfrågor som psykologin kan hantera, handlar om att förstå hur den hjälpsökande klienten söker efter en mening i tillvaron. Psykologer har inte de kunskaper som gör att de kan befatta sig med frågor som rör människors själsliga frälsning, och därför kan psykologer endast försöka utforska existentiella och religiösa frågor känslomässiga funktion och betydelse för klientens psykiska hälsa.

En annan aspekt på psykologers gränser till livsåskådningsfrågor gäller hur psykologer arbetar med sig själva som "verktyg" när de applicerar teorier och handlingsmodeller dels utifrån sina professioner, men även med hjälp av sina personliga erfarenheter och kunskaper. Psykologers gränsdragningar verkar på så vis kunna handla om den speciella yrkesmässiga positionen som psykologer har, nämligen att man är "personligt professionell" eftersom man förväntas kunna använda sig av sina personliga livserfarenheter för att hitta strategier att förstå och bemöta klienter i samtalsbehandlingar.

Religionspsykologen Owe Wikström (1990) diskuterar vikten av att psykologer och psykoterapeuter som närmar sig livsåskådningsfenomen, är medvetna om sina egna inställningar till existentiella och religiösa frågor. Vidare ser han det som ytterst viktigt att psykologer kan kontrollera och ha distans till sina egna upplevelser av existentiella och religiösa problem. Wikström menar att det är allmänt accepterat inom exempelvis den psykodynamiska psykologin att det är viktigt att psykologer och psykoterapeuter bör vara medvetna om sina egna erfarenheter av till exempel objektrelationer och separationer för att förstå hur dessa personliga upplevelser kan påverka klientarbetet. Han fortsätter med att säga att det är lika viktigt att psykologer och terapeuter reflekterar över och diskuterar sina existentiella och religiösa ställningstaganden, för att få insikt om hur dessa påverkar behandlaren när denne möter klienters världsbilder. Det är framförallt genom att psykologer bearbetar sina egna upplevelser som de kan få den distans som är nödvändig för att de ska kunna vara närvarande i samtalsbehandlingar och där utforska klientens inre värld, och hålla isär att man som psykolog är en professionell yrkesmänniska samtidigt som man är en privatperson som kämpar med samma trosfrågor som klienten gör.

### ***Psykologiska perspektiv på livsåskådningsfrågor***

Vilken hjälp kan man få av andra psykologer och psykoterapeuter, för att förstå hur psykologiska perspektiv kan öka förståelsen för livsåskådningsfrågor?

Psykoterapeuterna Göran Bergstrand och Carl-Erik Brattemo (1997) diskuterar att det ofta är i tillstånd av kriser som människor blir medvetna om livets ovisshet, vilket i sin tur kan skapa ett behov av att förstå sin tillvaro bättre genom att söka efter mening i krisens kaos. Eftersom det i allmänhet är så att människor söker psykologisk behandling när de upplever psykisk ohälsa och lidande på grund av att de befinner sig i ett kristillstånd, är det angeläget att psykologer och psykoterapeuter hittar strategier att hantera klienters meningssökande inom ramen för samtalsbehandlingar.

Den existentiella psykologin menar att existentiella upplevelser och meningssökande frågor främst uppstår när människor upplever en kris eller en svår livssituation och därmed erfar gränserna och villkoren för deras existens. Existentiella erfarenheter kan handla om hur människor upplever existensens villkor. Dessa villkor kan visa sig i hur människor blir medvetna om dödens ofrånkomlighet, människans öde att ha frihet att göra olika livsval, människans ensamhet, samt livets meningslöshet (Yalom, 1980). Paul Tillich (1977) förtydligar hur människors möte med de existentiella villkoren i svåra livskriser, även kan erfara existentiell ångest. Den existentiella ångesten definieras som: "... det tillstånd, då en varelse blir medveten om sin möjlighet att icke-vara." (Tillich, 1977, s. 40).

Religionspsykologen Antoon Geels (2001) har funnit att vissa människor vittnar om starka religiösa och andliga upplevelser i anslutning till en livskris. Geels finner att religiösa erfarenheter kan ge individen en upplevelse av psykisk tillfredsställelse och mening i livet, genom att de religiösa och andliga erfarenheterna ger en ordning av det psykologiska kaos som individen befinner sig i.

Utifrån dessa resonemang menar Wikström (1990) att psykologer och psykoterapeuter som behandlar människor i kris mycket väl kan finna att klienter har behov av att bearbeta existentiella och religiösa frågor, eftersom den livskris och de motgångar som klienter upplever kan aktualisera sådana frågor. Psykologen kan tillsammans med klienten försöka utforska de känslor och tankar som klientens existentiella och religiösa upplevelser väcker, utan att behandlaren tar ställning i etiska eller moraliska överväganden. Istället kan behandlaren försöka att förstå den känslomässiga innebörden av klientens livsåskådningsfrågor.

Hur kan man då få en djupare förståelse av det/de fenomen som gestaltar sig i dessa livsåskådningstermerna?

### *Gränssituationers psykologi*

Jag finner att man möjligen kan förstå existentiella, religiösa och andliga upplevelser som uttryck för olikartade tolkningar av *gränssituationer*. Karl Jaspers (1963) definierar gränssituationer som företeelser som alla människor är utlämnade till utan att kunna förändra eller undkomma, till exempel när man konfronteras med döden, lidande, skuld och ansvar. Jaspers menar att det tillhör människans existens att möta tillvarons gränser och på olika sätt uthärda dessa upplevelser. Han förklarar att: "I gränssituationerna framträder antingen det tomma intet, eller också kommer man i beröring med det som trots och ovanför all försvinnande världslig tillvaro egentligen är." (Jaspers, 1963, s.25). Individens upplevelser av gränssituationer kan handla om och resultera i att individer antingen förnekar innebörden av erfarenheterna av tillvarons villkor och till exempel blundar för dödens oundviklighet, eller att man utforskar tillvarons villkor genom att ställa meningssökande frågor utifrån sin livsåskådning. Man kan därmed säga att det är i erfarenheter av gränssituationer som individer kommer i kontakt med tillvarons grundläggande mening eller meningslöshet, varpå gränssituationer frammanar meningssökande och existentiella frågor om tillvaron (Wikström, 1990). Gränssituationer kan på så vis vara upplevelser som motiverar individer att söka efter svar på de frågor som väcks genom dessa omvälvande erfarenheter med hjälp av antingen sekulära eller religiösa livsåskådningar.

På så vis tänker jag mig att gränssituationer möjligen handlar om ett och samma fenomen men att detta fenomen sedan tolkas och uttrycks i existentiella eller religiösa livsåskådningstermer. Valet av sekulära eller sakrala livsåskådningstermer synes sammanhånga med den livsåskådningen som individen som upplever gränssituationen har. Läsaren kan finna att min tolkning tycks avvika från studiens intervjupersoners tolkning i det avseende som gäller huruvida existentialism och religiositet utgår från ett enda fenomen. Den forskningsfrågan som inledningsvis formulerades sökte ju svar på huruvida man kan förstå klienters existentiella och/eller religiösa upplevelser som sprungna ur samma fenomen eller från olika fenomen. Intervjupersonerna diskuterar att de ser att det finns väsentliga skillnader mellan vad som kännetecknar existentiella kontra religiösa upplevelser, och att man inte kan se existentiella och religiösa erfarenheter som likställda. Min tolkning av bland andra Jaspers (1963) beskrivningar av gränssituationer föreslår dock att existentiella, religiösa och andliga upplevelser möjligen kan förstås som ett och samma fenomen. Men dessa två resonemang behöver nödvändigtvis inte vara så kontrasterande som de kanske först verkar vara. Detta då jag menar att det som intervjupersonerna beskriver, gällande att klienters existentiella och

religiösa erfarenheter bör förstås som olika företeelser, berör hur intervjupersonerna förtydligar vad som särskiljer religiösa och sekulära livsåskådningar från varandra. Min diskussion om gränssituationer berör främst vad som möjligtvis förenar de upplevelser som individer tolkar i såväl sakrala som sekulära livsåskådningar.

Hur kan psykologer då hantera sina professionella och personliga gränser till gränssituationers psykologi?

### ***Psykologers gränser till gränssituationers psykologi***

Det förefaller som om de faktorer som kan utgöra svårigheter för hur psykologer kan förstå och bemöta gränssituationers psykologi, även kan skapa möjligheter för hur psykologer kan handskas med klienters erfarenheter av gränssituationer. Detta eftersom psykologer och psykoterapeuter verkar kunna använda sig av just ontologiska och personliga gränsdragningar för att hitta sätt att bemöta gränssituationers psykologiska aspekter.

En gränsdragning som kan bistå psykologer i mötet med livsåskådningsfrågor, handlar om hur psykologer kan använda sig av det ontologiska antagandet om en existentiell jämlikhet mellan psykologer och klienter för att utföra sina professionella uppdrag och behandla klienters psykiska problematik. Det här existentialpsykologiska grundantagandet beskriver hur vi alla måste förhålla oss till de grundläggande villkoren i livet och tillvarons gränser. Därmed kommer både psykologer och klienter att ta med sig erfarenheter och tolkningar av sina personliga upplevelser av gränssituationer, när de möts i samtalsbehandlingar. Yalom (1980) beskriver att insikten om att psykoterapeuter och klienter brottas med samma svårigheter och lidanden när det gäller exempelvis döden, frihet, ansvar, skuld eller ensamhet, gör att behandlaren lättare kan hitta ett empatiskt förhållningssätt till klientens psykiska problematik. Yalom utgår vidare från att grundförutsättningen till att psykologen eller psykoterapeuten ska kunna hjälpa klienten med sina livsproblem, är att behandlaren strävar efter att vara emotionellt närvarande i mötet med klienten.

De forskningsfrågor som jag ställer kring hur psykologer kan bemöta klienters existentiella och religiösa upplevelser, besvaras av existentiella psykoterapeuter, (Yalom, 1980, May, 1981, och van Deurzen, 1998, 2003) utifrån samma ståndpunkt som även några intervjupersoner förmedlar. Denna ståndpunkt handlar om att psykoterapeuters och psykologers strategier för att bemöta klienters svårigheter av att hantera livets villkor, inte kan förklaras utifrån någon speciell metod som behandlaren kan lära sig via en enkel teknisk manual. Istället handlar den verksamma substansen i psykoterapi och samtalsbehandlingar

kring existentiella och religiösa teman, om hur psykoterapeuten/psykologen kan skapa en god kommunikation och förtroendefull relation till klienten. En god kommunikation kan uppnås genom att behandlaren försöker att vara en genuint närvarande och lyhörd person i mötet med klienten. Samtidigt finns det inte någon enkelt beskriven teknik för hur man kan bli en genuin och autentisk terapeut, utan psykologen/psykoterapeuten får utifrån sitt eget förhållningssätt till tillvaron utforska vad det innebär att vara en genuint empatisk och närvarande person. Emmy van Deurzen (1998) sammanfattar dessa existentiella grundantagande med att psykoterapeuter bör försöka att "...lyssna i stället för att gissa, att reflektera i stället för att förvränga det klienten menar, och att bekräfta i stället för att förvirra klienten." (s. 307).

Därmed finner jag att psykologers gränser till gränssituationers psykologi kan sammanfattas i hur intervjupersonerna beskriver sig ha en fot förankrad i vetenskapliga ontologier och dessa ontologiers empiriska kunskaper, för att förstå och bemöta klientens problematik. Intervjupersonernas andra fot är förankrad i djupt personliga och emotionella erfarenheter av gränssituationer och tillvarons grundläggande villkor, som psykologerna bär med sig in i mötet med klienter. Dessa personliga erfarenheter verkar kunna bidra till att intervjupersonerna har etablerat en förmåga att bemöta klientens hjälpsökande på ett konstruktivt sätt.

Psykologers gränser till gränssituationers psykologi berör även språkets gränser gällande hur man använder sig av olika begreppsverktyg i samtalsbehandlingar. Wikström (1990) finner det problematiskt att psykologer och psykoterapeuter inte har begrepp som på ett tillfredsställande sätt kan hantera de religiösa och existentiella erfarenheter som klienter kan ha behov av att diskutera vid livskriser och motgångar. Wikström menar vidare att orsakerna till att den psykodynamiska psykologin inte har tillräckligt välutvecklade begreppsverktyg som kan hantera livsåskådningsfrågor på ett konstruktivt sätt, främst handlar om att det psykodynamiska språket har utformats med syftet att besvara funktionella frågor som rör människors interna, privata upplevelsevärldar. De teologiska och filosofiska språken försöker istället att besvara moraliska och ontologiska frågor som rör människors upplevelser i en kosmisk ram och meningssammanhang. På så vis verkar det som att de två språkområdena har väsentliga skillnader vilket gör det svårt att överskrida de språkliga gränserna.

Samtidigt beskriver intervjupersonerna hur de kan använda sig av både teologiska och filosofiska begrepp i behandlingssamtalen. Intervjupersonerna belyser därmed att språket kan bistå psykologer att få ytterligare förståelse för klientens livsvärld, utan att man går över sina professionella yrkesuppdrag och gör intrång på själavårdens domäner.

Bergstrand och Brattemo (1997) utgör även de exempel på hur man kan använda sig av både psykologiska och teologiska begreppsverktyg i samtalsbehandlingar och psykoterapier. De menar att det kan vara värdefullt för behandlare att behärska ett teologiskt eller filosofiskt språk, eftersom dessa språk kan beskriva tillvarons ontologiska meningsfullhet på ett mer fulländat sätt än det mer funktionellt och tekniska psykologiska språket förmår. Samtidigt ser även Bergstrand och Brattemo, precis som Wikström, de språkliga barriärerna som problematiska eftersom dessa barriärer reglerar hur man i psykoterapier kan hantera livsåskådnings- och trosfrågor. Författarna belyser att de grundläggande förutsättningarna för att man ska kunna använda sig av teologiska eller filosofiska språkverktyg i samtalsbehandlingar, utgörs av att både klienten och psykoterapeuten kan relatera till och förstå de begreppsverktygen som man använder sig av. De begreppsverktyg som psykologen använder sig av i samtalsbehandling måste associera till klientens livsvärld för att vara meningsfulla. Det finns därför ingen mening med att använda sig av vare sig tekniskt avancerade psykologiska eller teologiska begrepp om varken psykologen eller klienten ser begreppen som psykologiskt meningsfulla. Men å andra sidan kan det vara värdefullt att använda sig av teologiska eller filosofiska begrepp i samtalsbehandling, om både psykologen och klienten behärskar dessa språkverktyg.

Sammanfattningsvis tänker jag mig att psykologers gränser till gränssituationers psykologi möjligen främst handlar om att intervjupersonerna motiveras att hantera klienters existentiella och religiösa erfarenheter efter att de själva har erfarit såväl tillvarons som psykologins gränser. Vidare verkar studiens intervjupersoner ha utvecklat en förståelse för gränssituationers psykologi genom att de har reflekterat över hur psykologisk vetenskap befinner sig i ett vetenskapligt gränsområde där psykologi samverkar med medicin, sociologi, filosofi och teologi. Psykologers gränser till gränssituationers psykologi kan således även visa sig i hur psykologer använder olika begreppsverktyg som gestaltar att psykologerna balanserar på gränserna mellan psykologi, teologi och filosofi, utan att göra sorti ur psykologins domäner.

### ***Vidare forskning***

Hur skulle man kunna gå vidare och utforska hur psykologer kan handskas med livsåskådningsfrågor?

Eftersom intervjupersonerna generellt diskuterar mina forskningsfrågor utifrån ett psykodynamiskt och existentialistiskt psykologiskt perspektiv menar jag att det vore

intressant att undersöka hur en behavioristisk psykologisk inriktning hade hanterat samma frågor. Beror möjligheterna till att hantera livsåskådningsfenomen i psykologi främst på hur de enskilda psykologerna urskiljer gränserna för psykologins professionella verksamhet? Hur hanterar man livsåskådningsfrågor inom andra psykologiska inriktningar?

Eftersom samtliga av intervjupersonerna i studien är verksamma inom privata eller statliga verksamheter, och inte inom kommunala eller landstingsdrivna verksamheter, hade det varit intressant att undersöka om strategierna att integrera livsåskådningsfenomen är mer utvecklade inom privata verksamheter, jämfört med offentliga verksamheter. Hur drar man gränserna för livsåskådningsfrågor inom exempelvis den svenska psykiatrin? Integrerar psykologer de här teman i sina bedömningar och behandlingar av patienter? Har psykologer som arbetar i en privat verksamhet större frihet att arbeta utifrån en samhällsvetenskapligt och filosofiskt inspirerad ontologi, än psykologer som arbetar inom psykiatrin?

Jag tycker vidare att det vore spännande att undersöka om psykologer som är uppvuxna i ett kulturellt kristet men samtidigt sekulariserat samhälle, har liknande strategier av att integrera livsåskådningsfenomen i psykologi som de psykologer har som är uppvuxna i ett exempelvis kulturellt islamiskt samhälle. Eftersom mitt urval av intervjupersoner var tämligen etnocentriskt, menar jag att det finns skäl till att undersöka hur psykologer med en annan etnisk och kulturell bakgrund, hanterar livsåskådningsfrågor.

### ***Slutord***

I efterhand har jag funnit att min personliga förståelse av hur jag kan begripliggöra och bemöta psykologiska aspekter av klienters livsåskådningar, och även existentiella och religiösa erfarenheter, har fördjupats. Samtidigt tänker jag att de psykologiska aspekterna av livsåskådningsfrågor verkar ha funnits mitt framför ögonen på mig hela tiden, som delar av psykodynamiska och existensialpsykologiska teorier, utan att jag har förstått hur jag kan ta hjälp av dem för att kunna hantera dessa teman i klinisk psykologi. Kanske har min förståelse för hur jag kan integrera livsåskådningsteman begränsats av mina egna ontologiska ställningstaganden och de svårigheter som jag brottas med inför att ta ställning i ontologiska, religiösa och existentiella frågor.

Även om studien begränsar sig till att främst diskutera hur psykologer i samtalsbehandlingar kan hantera psykologins gränser till livsåskådningsfrågor, finner jag att undersökningen har ökat mitt intresse för att gå vidare och fundera över psykologins vetenskapliga gränser, samt psykologers personligt professionella gränser.



Den ökade insynen i hur studiens intervjupersoner utforskar och vidareutvecklar sina personligt professionella ställningstaganden har gjort mig medveten om hur jag i framtiden kan försöka öka min medvetenhet och mina val inför hur jag själv vill dra och tänja på gränserna för min psykologiska yrkesverksamhet. Genom att vara medveten om och uppmärksam på psykologins gränser, kan jag kanske ha större möjlighet att ta ansvar för hur jag som enskild psykolog väljer att förstå och bemöta såväl klienters livsåskådningar som min egen, personliga livsåskådning.

## Referenser

- Allwood, C. M., & Erikson, M. G. (1999). *Vetenskapsteori för psykologi och andra samhällsvetenskaper*. Lund: Studentlitteratur.
- Barone, D. F., & Carone, D. A., Jr. (2001). A social cognitive perspective on religious beliefs: Their functions and impact on coping and psychotherapy. *Clinical Psychology Review, 21* (7), 989-1003.
- Bergstrand, G., & Brattemo, C. E. (1997). *Tro i psykoterapi*. Örebro: Libris.
- Birgerstam, P. (1998). *Samtals- och intervjumetodik. Övningar i några basfärdigheter*. Lund: Psykologiska Institutionen, Lunds Universitet.
- Birgerstam, P. (2000). *Skapande handling. Om idéernas födelse*. Lund: Studentlitteratur.
- van Deurzen, E. (1998). *Det existentiella samtalet. Ett perspektiv för psykoterapi*. Stockholm: Natur och Kultur.
- van Deurzen, E. (2003). *Vardagens mysterier. Existentiella dimensioner inom psykoterapi*. Lund: Studentlitteratur.
- Erikson, E. H. (1985). *Den fullbordade livscykeln*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Frankl, V. (1987). *Gud och det omedvetna. Psykoterapi och religion*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Geels, A., & Wikström, O. (1999). *Den religiösa människan. En introduktion till religionspsykologi*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Geels, A. (2001). *Förvandlande ögonblick. Gudsuppenbarelser i vår tid*. Skellefteå: Norma Bokförlag.
- Genia, V. (2000). Religious issues in secularly based psychotherapy. *Counseling & Values, 44* (3), 213-222.
- Jaspers, K. (1963). *Introduktion till filosofin*. Stockholm: Orion/Bonniers.
- Jaspers, K. (1964). *The nature of psychotherapy. A critical appraisal*. Manchester: University Press.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- May, R. (1981). *Frihet och ödet*. Stockholm: Natur och Kultur.
- May, R. (1999). *Den omätbara människan. Om människosynen i existentiell psykologi och terapi*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Svenska Akademien. (1929). *Ordbok över svenska språket*. (Vol. 10) Lund: Berlingska boktryckeri- och stiltgjuteri Aktiebolaget.
- Tillich, P. (1977). *Modet att vara till*. Lund: Studentlitteratur.

- Ullman, M. (1996). *Att förstå drömmens språk*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Wikström, O. (1990). *Den outgrundliga människan. Livsfrågor, psykoterapi och själavård*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Winnicott, D. W. (1971). *Playing and Reality*. London: Tavistock.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.

## Bilaga A

**Samtalsplanering:**

Samtalsplaneringen sammanställdes före intervjuerna genomfördes, och är ett försök att förtydliga min förförståelse, för att på så vis minska den subjektiva styrningen av intervjuerna.

<b>Ämnesområden:</b>	<b>Begreppsområden:</b>					
<i>Existentiella erfarenheter</i>	Livsfrågor, privata, meningssökande frågor om livet, döden, frihet och ansvar	Transcendens: från en sinnlig värld till en översinnlig värld. Gränssituationer.	Ej nödvändigtvis kopplat till tro på en högre makt/gud.	Sekulär? Västerländsk? Filosofi och ideologi.	Depressivitet? Existentiell ångest.	Frihet, ansvar, rationalitet, erfarenheter från medvetna, rationella tankar.
<i>Religiösa erfarenheter</i>	Menings-sökande frågor om högre makt, öde, livet, döden, ansvar och skuld. Kopplat till tro på en högre makt/Gud.	Extrinsikal religiositet: religion medel att uppnå mål. Intrinsic religiositet: religion som ett mål i sig.	Hängivenhets religiositet: fromhet och upplevande av det heligas väsen. Konsensus religiositet: dogmatisk och konkret.	Upplevelse och behov av att tillhöra en kultur med tydliga normer och regler som svarar på individens frågor.	Neurotisk eller icke-neurotisk gudstro? Irrationalitet - gud något oförklarligt, går över vårt förnuft.	Gemenskap i den religiösa tron och kulturen genom språket, symbolerna, liturgin och riter.
<i>Psykologisk teori/metodik</i>	Klinisk psykologi med diagnostisering som verktyg till förståelse. Vetenskaplig ansats som använder logiska begrepp för att bemöta och tolka individen.	Personlighetspsykologi: trait, depressiv/optimistisk personlighet introvert/extrovert individ. Temperament Kognitiv psykologi: automatiska tankar som formar vårt beteende.	Psykodynamisk teori: försvarsmekanismer drifter, omedvetna och medvetna upplevelser, objektrelationer. Rationella/irrationella psykiska dimensioner	Existentiell psykologi: individen som menings-sökande varelse, Dasein/varat, att uppleva sig vara sitt eget centrum och sträva efter gemenskap med andra. Humanistisk utgångspunkt.	Antireligiös? Fokus på beteende och upplevelse, inget annat. Måste kunna mäta fenomen annars ovetenskapligt Vetenskap ej syssla med religion/metafysik.	Socialpsykologi: fokus på socialkonstruktion och socialisering av individen, som förklaring på beteende och motivation till beteende och upplevelser.

<i>Psyko- terapeutisk teori/ metodik</i>	Empati som en grundläggande förutsättning för effektiv behandling. Söker ge klienten självinsikt till den psykiska ohälsan/obalansen.	Psyko-dynamisk: Försvarsmekanismer objektrelationer, alliansen terapeut/klient Patologier. Medvetandegöra inre konflikter.	Existentiell psykoterapi: humanistisk människosyn, utforska vad som gör livet meningsfullt Terapeut: mentor i levandets konst.	Eftersträvar en insikt i hur rationella/irrationella tankar formar oss, medvetandegöra denna spännvidd.	Logoterapi: viljans frihet, viljan till mening och livets mening. Yalom: döden, meningen, ansvar och skuld.	Språket som verktyg - såväl verbalt/icke verbalt. Kan använda både konkret språk och symboliskt, metaforiskt språk?
<i>Psykologen/ psykoterapeuten "person"</i>	Egna intressen kring livs-åskådning-frågor. Eget existentiellt och/eller religiöst sökande? Sekulär/troende eller sökande?	Hur hanterar man sina egna erfarenheter av dessa fenomen? Var hittar man själv svar på existentiella/religiösa frågor?	Hur hanterar man och bemöter klientens bearbetning av fenomenet, såväl emotionellt som "kognitivt".	Självinsikt: klarhet över den egna livs-åskådningen Handledning som förutsättning för att hantera fenomenet.	Utbildning? Behöver man ytterligare utbildning, utöver psykolog-utbildning och psykoterapeut utbildning?	Utveckling av sin "metod": vilka personliga och yrkesmässiga erfarenheter har bidragit till deras kunskap om fenomenet?
<i>Religions- psykologi</i>	Definition: vetenskap om religionen som upplevelse och beteende i historia och nutid.	Självvård: aktualiserar existentiella livsfrågor, skapar förutsättningar för att "tro".	Psykoterapi bearbetar upplevelse av ohälsa, behandlar omedvetna psykiska konflikter.	Präst/psykoterapeut : Hur kan man hantera den icke-troende? Hur bemöter man den tvivlande, från en teologisk bakgrund?	Psykolog/psykoterapeut : Hur kan man hantera klienters existentiella och religiösa erfarenheter från en sekulär bakgrund?	Är existenti- alism och religiositet samma fenomen? Hur förstår man som psykolog detta/dessa fenomen?

## Bilaga B

Lunds Universitet  
Institutionen för psykologi  
Box 213  
221 00 Lund

Malmö 2004-03-09

Hej \_\_\_\_\_!

Mitt namn är Magdalena Persson och jag skriver till dig i ärende av min psykologexamensuppsats. Jag vill undersöka hur man som psykolog och psykoterapeut konkret kan hantera klienters existentiella/religiösa erfarenheter och hur man kan förstå dessa fenomen.

Under min utbildning har jag blivit varse att individers existentiella/religiösa erfarenheter inte så lätt låter sig förklaras utifrån psykologiska teorier. Jag söker nu efter kunskap om möjligheten att hantera existentiella/religiösa erfarenheter som en del av psykologin och därmed psykologers kompetensområde.

Jag har själv begränsad praktisk erfarenhet av och kunskaper i ämnet och skulle därför vilja komma i kontakt med dig som har erfarenhet av att bemöta och hantera detta fenomen i ditt arbete som psykolog och psykoterapeut.

Jag ber alltså med detta brev att förutsättningslöst och med respekt, få ta del av dina kunskaper och erfarenheter inom detta område, och frågar om du vill medverka i en personlig intervju, ca 1 timme, under våren 2004.

Jag kommer att kontakta dig via telefon inom ca en vecka, för att delge ytterligare information och med hopp om din medverkan i min undersökning.

Med vänlig hälsning

Magdalena Persson  
Psykologkandidat  
Lunds Universitet  
Telefon: xxx xxxxxx  
E-post: xxxxxx

Handledare: Pirjo Birgerstam  
Telefon: xxx xxxxxx